

Biblioteka **JUPITER**

Izvornik: Anatomy of the Spirit by Caroline Myss

Copyright © 1996. by Caroline Myss

This translation published by arrangement with Harmony Books,  
a division of Crown

Publishers, Inc., New York, USA

Nakladnik i nositelj prava za Hrvatsku: Dvostruka Duga d.o.o.,  
p.p. 184, 40000 Čakovec

Prijevod: Franka Beretić

# **CAROLINE MYSS**

# **ANATOMIJA DUHA**

## **SEDAM RAZINA MOĆI I ISCJELJIVANJA**

Ovu knjigu posvećujem s bezgraničnom ljubavlju i zahvalnošću trojici mojih osobnih anđela, bez kojih nikada ne bih preživjela najtamnija razdoblja svog života:

mojoj majci, koja je moj stalni izvor snage;

mom bratu Edwardu, koji je moj stalni izvor humora i optimizma;

i mojoj šurjakinji Amy, koja je postala obiteljsko blago.

## SADRŽAJ

PREDGOVOR

UVOD: Kako sam postala medicinski intuitivna

UVOD: Kratka osobna povijest

PREKRETNICE

INTUITIVNO PRIPRAVNIŠTVO

OD HOBIJA DO PROFESIJE

KONAČNO SKRETANJE NA CESTU

## DIO I: NOVI JEZIK DUHA

### 1. ENERGETSKA MEDICINA I INTUICIJA

LJUDSKO ENERGETSKO POLJE

PRVO NAČELO: BIOGRAFIJA POSTAJE BIOLOGIJA

DRUGO NAČELO: OSOBNA MOĆ JE POTREBNA ZA ZDRAVLJE

TREĆE NAČELO: JEDINO VI MOŽETE SAMI SEBI POMOĆI DA SE ISCIJELITE

UČENJE SIMBOLIČNOG GLEDANJA

### 2. STVORENI NA SLIKU BOŽJU

SIMBOLIČNA MOĆ SEDAM ČAKRI

SIMBOLIČNA MOĆ KRŠĆANSKIH SAKRAMENATA

SIMBOLIČNA SNAGA DESET SEFIROTA

KAKO ČAKRE, SAKRAMENTI I SEFIROTI FUNKCIONIRAJU ZAJEDNO

SEDAM SVETIH ISTINA

## DIO II: SEDAM SVETIH ISTINA

### 1. PRVA ČAKRA: PLEMENSKA MOĆ

PLEMENSKA KULTURA

ENERGETSKA POSLJEDICA OBRAZACA VJEROVANJA

IZAZOV OTROVNOJ PLEMENSKOJ MOĆI

UPITNIK ZA TESTIRANJE

### 2. DRUGA ČAKRA: MOĆ ODNOSA

MOĆ IZBORA

IZBOR I ODNOSI

IZAZOV UPRAVLJANJA STVARALAČKOM ENERGIJOM

IZAZOV UPRAVLJANJA SEKSUALNOM

ENERGIJOM

ENERGIJA NOVCA

ETIČKA ENERGIJA

OSOBNA MOĆ DRUGE ČAKRE

UPITNIK ZA TESTIRANJE

3. **TREĆA ČAKRA: OSOBNA MOĆ**  
RAZVIJANJE SAMOPOŠTOVANJA  
POJAČAVANJE UNUTRAŠNJE MOĆI  
SAMOPOŠTOVANJE I INTUICIJA  
ČETIRI FAZE OSOBNE MOĆI  
IZAZOVI PUTOVANJA  
PITANJA ZA OSOBNU PROVJERU
  
4. **ČETVRTA ČAKRA: EMOCIONALNA MOĆ**  
UČENJE MOĆI LJUBAVI  
LJUBAV PREMA SEBI KAO STAZA PREMA BOŽANSKOM  
BUĐENJE SVJESNOG "JA"  
IZNAD GOVORA POVREDA  
STAZA PREMA MOĆNOM SRCU  
UPITNIK ZA TESTIRANJE
  
5. **PETA ČAKRA: MOĆ VOLJE**  
POSLJEDICE STRAHA  
VJERA  
IZMEĐU GLAVE I SRCA  
UPITNIK ZA TESTIRANJE
  
6. **ŠESTA ČAKRA: MOĆ UMA**  
PRIMJENA ODVAJANJA  
SVIJEST I NJEZINA VEZA S ISCJELJENJEM  
SVIJEST I SMRT  
RAZVIJANJE NEOSOBNOG UMA I SIMBOLIČNOG VIĐENJA  
KAKO POSTATI SVJESTAN  
UPITNIK ZA TESTIRANJE
  
7. **SEDMA ČAKRA: NAŠA DUHOVNA SPOJNICA**  
DUHOVNO BUĐENJE  
DUHOVNA KRIZA I POTREBA ZA POBOŽNOŠĆU  
KAKO IZDRŽATI "TAMNU NOĆ"  
UPITNIK ZA TESTIRANJE

**POGOVOR:**

VODIČ ZA SUVREMENOG MISTIKA  
VODSTVO ZA SUVREMENOG MISTIKA  
SVAKODNEVNA MEDITACIJA

ZAHVALA

## PREDGOVOR

U rijetkim prilikama možete sresti jedinstvenu osobu koja dramatično mijenja vaše zapažanje svijeta i vas samih. Upravo ćete sresti takvu iznimnu osobu. Spisateljica i medicinska intuitivka, Caroline Myss će vas svojim pogledima na duhovnost i vašu vlastitu odgovornost u svezi zdravlja zainteresirati, provocirati i nadahnjivati. Neki vidovi Carolineinog djela činit će vam se tako jednostavni, da ćete se pitati zašto niste o njima i ranije razmišljali na takav način. Druge njezine zamisli će vas dodirnuti na osjećajnoj i psihičkoj razini, te vas potaknuti da iznova procijenite svoju duhovnu stazu.

Carolineinu filozofiju upoznao sam prije dvanaest godina. Njezina jednostavna, moćna poruka je da se svatko od nas rađa sa svojom duhovnom zadaćom, sa svetim ugovorom - da bismo naučili rabiti osobnu moć odgovorno, mudro i s puno ljubavi. Tisućama godina je apsolutno prevladavala zamisao da moć kvari i da apsolutna moć kvari apsolutno. Autoritet i nadzor, novac i seks osigurali su umjetni sjaj moći. Na primjer, nedavno objavljen članak u jednom časopisu opisuje Johna F. Kennedyja mlađeg, kao čovjeka koji je bio više nego prikladno financijski i seksualno osiguran, ali bez moći. Članak je potom trivijalno govorio o moći, raspredajući o popularnoj iluziji da je JFK ml. nekako mogao kupiti moć time što je počeo izdavati jetset časopis. Ako je to i vaša vlastita zamisao o tome što je moć, pripremite se na potres **Anatomijom duha**, jer Caroline Myss pruža mnogo dublju viziju istinske moći - moći ljudskoga duha.

Tijekom povijesti, uvijek je bilo darovitih intuitivaca i mistika koji su osjećali centre moći u ljudskom tijelu. **Alice Bailey, Charles W. Leadbetter i Rudolf Steiner** pisali su o ovom području, ali nitko nije obuhvatio širinu i dubinu našeg elektromagnetskog okvira kao Caroline. Anatomija duha nije nikada do sada tako moćno razotkrivena. Ovdje leže temelji za medicinu dvadeset i prvog stoljeća.

Najvažnije pitanje koje su si ljudi postavljali tijekom povijesti bilo je: *"Što je svrha mog života?"* Caroline odgovara na ovo pitanje jednostavno i duboko. **Čovjekova svrha je da živi na način koji je u skladu s njegovim duhovnim idealima, da živi po tom Zlatnom pravilu u svakom trenutku svoga života i da svaku misao živi kao svetu molitvu.** To je jednostavno - ali daleko od toga da je lako!

Zamislite da ste na trenutak ušli u prostoriju punu ljudi i da vam je isti čas jasno kako se neugodno osjećate. Nadalje, zamislite da se možete uskladiti s brujanjem koje se odvija u podsvijesti svake osobe i "saznati" o energiji i zdravlju svake osobe u prostoriji. Još važnije, zamislite da znate svaki detalj o svojoj vlastitoj energiji i o svakom činitelju koji crpi vašu intelektualnu, tjelesnu i emocionalnu moć. Osnovna mudrost koju ova knjiga pruža jesu sredstva pomoću kojih možete početi uočavati svoju energiju i energiju drugih ljudi.

Fizičari kvantne fizike potvrdili su postojanje osnovne titrajne biti života, a to je upravo ono što intuitivci osjećaju. Ljudska **DNA titra brzinom između 52 i 78 gigahertza (milijarde ciklusa u sekundi)**. Premda znanstveni instrumenti još ne mogu ni za jednu osobu ocijeniti posebnu vibraciju ili prepreke u strujanju te energije, dvije osnovne činjenice se ne mogu osporiti.

Prvo, životna energija nije statična. Ona je kinetička. Ona se kreće uokolo. Drugo, daroviti intuitivci poput Caroline je mogu procijeniti, premda se niti ljudski um niti energetski sustav ne može točno fizički izmjeriti. Zaista, u mojih dvadeset i pet godina rada s intuitivcima širom svijeta, nitko nije bio toliko jasan i precizan kao Caroline.

Caroline se usklađuje sa suptilnom energijom našeg organizma i čita jezik našeg elektromagnetskog bića. Njezine dijagnoze stalno dokumentiraju djelovanje emocionalne energije; prošle i sadašnje, na tjelesno zdravlje. Ona osjeća duboka i traumatska iskustva, uvjerenja i stavove koji mijenjaju vibraciju stanica i cjelovitost našeg energetskog sustava. Ona čita naš duh, što je naša konačna istinska moć.

U ovoj knjizi pronaći ćete detaljne obavijesti o sedam centara moći u vašem tijelu. Oni predstavljaju najveće biološke baterije vaše emocionalne biografije.

"Vaša biografija postaje vaša biologija" - ukoliko ništa drugo ne naučite iz ove knjige, i to će biti dovoljno. Također ćete naučiti kako izbjeći da vas vaše vlastite vezanosti ili negativna energija drugih ljudi isisaju ili unište. Naučit ćete kako zaštititi osjećaj o sebi i svojoj časti, tako da osnovu vaše moći ne nagrizzaju lažni simboli moći - novac, seks i vanjski autoritet. Naučit ćete i kako razvijati vlastite intuitivne sposobnosti.

**Anatomija duha** predstavlja uzbudljiv novi sveopći način razumijevanja sedam energetskih centara tijela. Ona integrira židovske, kršćanske, hinduističke i budističke koncepte moći u sedam univerzalnih duhovnih istina. Kao što Caroline piše:

«Univerzalni dragulj u četiri najveće religije jest Božansko zaključano u našem biološkom organizmu u sedam razina moći. One upravljaju našim životom kako bismo postali istančaniji i transcendentalniji u našoj osobnoj moći.»

Zauvijek ćete se preobraziti putem moći onoga što izranja iz metafizičkih značenja kršćanskih sakramenata, Kabale i čakra. Znanje je moć, a znanje izneseno u ovoj knjizi je ključ osobne moći.

Ova knjiga predstavlja bit alternativne medicine s jasnoćom koja će vas nadahnuti na život prema svojim duhovnim idealima i koja će u vama probuditi čuda samoiscjeljenja. Radujem se što sam bio nazočan tijekom razdoblja rađanja ove poticajne knjige. Moj život je obogaćen ovim znanjem iznad očekivanja. Neka i vaš bude jednako uzvišen Carolineinom mudrošću.

C. Norman Shealy, liječnik, doktor znanosti

Utemeljitelj Shealyevog instituta za sveobuhvatnu zdravstvenu skrb (Shealy Institute for Comprehensive Health Care)

Predsjednik - osnivač Američke udruge za holističku medicinu (American Holistic Medical Association)

Istraživač i profesor kliničke psihologije na Forest institutu za profesionalnu psihologiju (Forest Institute of Professional Psychology) Pisac knjige "Čuda se događaju"

Neka Bog bude u mojoj glavi i mom razumijevanju

Neka Bog bude u mojim očima i mom gledanju

Neka Bog bude u mojim ustima i mom govorenju

Neka Bog bude u mom jeziku i mom kušanju

Neka Bog bude na mojim usnama i mom pozdravljanju

Neka Bog bude u mom nosu i mom mirisanju

Neka Bog bude u mojim ušima i mom slušanju

Neka Bog bude u mom vratu i mojoj poniznosti

Neka Bog bude u mojim ramenima i mom podnošenju

Neka Bog bude u mojim leđima i mom stajanju

Neka Bog bude u mojim rukama i mom primanju

Neka Bog bude u mojim šakama i mom djelovanju

Neka Bog bude u mojim nogama i mom hodanju

Neka Bog bude u mojim stopalima i mom utemeljenju

Neka Bog bude u mojim zglobovima i mom vezivanju

Neka Bog bude u mom trbuhu i mom osjećanju  
Neka Bog bude u mojim crijevima i mom opraštanju  
Neka Bog bude u mojim bedrima i mom okretanju  
Neka Bog bude u mojim plućima i mom disanju  
Neka Bog bude u mom srcu i mom voljenju  
Neka Bog bude u mojoj koži i mom dodirivanju  
Neka Bog bude u mom tijelu i mom bolovanju  
Neka Bog bude u mojoj krvi i mom življenju  
Neka Bog bude u mojim kostima i mom umiranju  
Neka Bog bude na mojem kraju i mom ponovnom oživljavanju

Izvadak iz tradicionalne molitve velečasnog Jima Cottera koja je objavljena u njegovoj knjizi Prayer at Night, Cairns Publications, Sheffield, Engleska, 1988.

## UVOD

### Kako sam postala medicinski intuitivna

U jesen 1982., pošto sam prekinula novinarsku karijeru i doktorirala teologiju, ujedinih sam snage dvojice partnera kako bismo započeli s nakladničkom tvrtkom nazvanom Stillpoint. Objavljivali smo knjige o iscjeliteljskim metodama koje su bile alternativa konvencionalnoj medicini. Međutim, unatoč svoje poslovne zainteresiranosti za alternativne terapije, nisam bila ni najmanje zainteresirana da se osobno uključim u njih. Nisam imala želju sresti se ni s jednim iscjeliteljem osobno. Odbila sam meditirati. Razvila sam apsolutnu averziju prema zvončićima koji zvone na vjetru, New Age glazbi i razgovorima o koristima organskog vrtlarstva. Pušila sam ispijajući litarske količine kave, još uvijek se ponašajući prema slici beščutne, novinarske reporterke. Uopće nisam bila spremna za mistično iskustvo.

Usprkos tome, te iste jeseni, postupno sam prepoznavala kako su se moje opažajne sposobnosti znatno proširile. Na primjer, kad bi neka moja prijateljica spomenula kako njezinom znancu nije dobro, neočekivano bi se u mojoj glavi pojavio uvid u uzrok njegovog problema. Bila sam nevjerojatno točna, pa su se o tome proširile glasine među lokalnim stanovništvom. Uskoro su ljudi počeli nazivati u izdavačku tvrtku kako bi ugovorili sastanak za intuitivnu procjenu njihovog zdravlja. Do proljeća 1983. obavljala sam takva čitanja za ljude koji su bili u zdravstvenoj krizi ili životnoj krizi bilo koje vrste, od depresije do raka.

Reći da sam bila u magli bilo bi grubo podcjenjivanje. Bila sam konfuzna i malo zaplašena. Nisam mogla otkriti kako dobivam te dojmove. Oni su bili, i uvijek jesu, poput neosobnih snova na javi koji bi započeli teći onog trenutka kada sam dobila dozvolu osobe, njezino ime i dob. Njihova neosobnost, taj osjećaj neosjećanja dojmova, krajnje je važan, jer je to moj osobni pokazatelj da ne manipuliram ili projiciram te dojmove. To je poput one razlike između pregledavanja albuma fotografija nekog neznanca, kada za njega niste emocionalno vezani, i pregledavanja vlastitog obiteljskog albuma. Dojmovi su jasni, ali ste vi prema njima potpuno ravnodušni.

Budući da nisam znala koliko su oni bili točni, nakon dva mjeseca savjetovanja ustanovila sam kako se silno bojim svakog sastanka, osjećajući kako svaki predstavlja



iskustvo visokog rizika. Prebrodila sam prvih šest mjeseci jedino tako što sam sama sebe uvjeravala kako je korištenje moje medicinske intuicije pomalo igra. Uzbudila sam se kada sam postigla točan "pogodak" jer, ako ništa drugo, točan pogodak je značio da je moje duševno zdravlje netaknuto. Pa ipak, svaki put sam se pitala: *"Hoće li 'to' djelovati ovaj put? Što ako se dojmovi ne pojave? Što ukoliko u nečem pogriješim? Što ukoliko mi netko postavi pitanje na koje ne znam odgovoriti? Što ukoliko kažem da je osoba zdrava, a tek kasnije saznam da ima fatalnu dijagnozu? A iznad svega, što li uopće jedna novinarka i doktorica teologije, koja se prihvatila nakladništva, radi u tom graničnom području?"*

Osjećala sam se kao da sam iznenada, bez ikakvog školovanja, bila odgovorna objašnjavati volju Božju desecima tužnih, zastrašenih ljudi. Ironično, što su ti ljudi više željeli imati uvid u ono što je Bog činio njima, to više sam i ja željela imati uvid u ono što je Bog činio meni. Pritisak koji sam osjećala na koncu je završio u višegodišnjim migrenskim glavoboljama.

Željela sam nastaviti kao da se moja novonastala vještina ne razlikuje od pekarskog talenta, ali znala sam da to nije tako. Budući da sam odrasla kao katolkinja i studirala teologiju, silno sam bila svjesna kako transpersonalne sposobnosti neizbježno vode u samostan ili u ludnicu. Duboko u svojoj duši znala sam da sam povezana s nečim što je u biti sveto, a ta je spoznaja izazivala podvojenost u meni. S jedne strane, strahovala sam da ću biti onesposobljena poput drevnih mistika. S druge strane, osjećala sam se predodređenom za život koji će ocjenjivati i prosuđivati vjernici i sumnjičavci. Pa ipak, bez obzira kako sam zamišljala svoju budućnost, osjećala sam da se krećem prema nevolji.

Ali bila sam fascinirana svojom novootkrivenom sposobnošću zapažanja i bila sam prisiljena nastaviti procjenjivati zdravlje ljudi. U tim ranim danima dojmovi koje sam primala odnosili su se uglavnom na trenutačno tjelesno zdravlje, te sukladno s njim na emocionalni i psihički stres. Ali mogla sam također **vidjeti** energiju koja okružuje ljudsko tijelo. Vidjela sam je ispunjenom informacijama o prošlosti osobe. I vidjela sam tu energiju kao produžetak duha te osobe. Započela sam shvaćati nešto o čemu me nisu učili u školi: da je **naš duh** velikim dijelom dio našeg svakodnevnog života; on utjelovljuje naše misli i osjećaje te bilježi svaku od njih, od najprizemnijih do vizionarskih. Premda su me manje-više naučili da naš duh poslije smrti ide "gore" ili "dolje" ovisno o tome kako smo čestito živjeli, tada sam uvidjela da je duh više od toga. On **sudjeluje u svakoj sekundi našega života. To je svjesna sila koja jest život sam.**

Nastavila sam sa svojim zdravstvenim čitanjima poput neke vrste automatskog pilota, sve do onog dana kada sam razriješila svoju podvojenost prema toj svojoj vještini. Bila sam usred savjetovanja sa ženom koja je imala rak. Dan je bio vruć, a ja umorna. Ta žena i ja sjedile smo sučelice u mom malenom uredu u Stillpointu. Završila sam njezinu procjenu i na trenutak sam oklijevala prije nego li je podijelim s njom. Pribojavala sam se toga što ću joj reći kako se rak proširio po cijelom njezinom tijelu. Znala sam da će me pitati zašto se ta katastrofa dogodila baš njoj i osjetila sam razdražljivost zbog odgovornosti što joj moram odgovoriti. Zaista, čim sam zaustila da progovorim, ona je preuzela, stavila ruku na moju nogu i upitala: «*Caroline, znam da imam zloćudni rak. Zar mi ne možete reći zašto se to događa baš meni?*»

Rasrdila sam se susrećući se s omraženim pitanjem i skoro sam odbrusila: «*Otkud bih ja to znala?*» - kad me je iznenada preplavila energija koju nikada ranije nisam osjetila. Kretala se kroz moje tijelo kao da me je odgurivala postrance da bi uporabila moje glasnice. Više nisam mogla vidjeti ženu ispred sebe. Osjećala sam se kao da sam umanjena na veličinu novčića od 10 lipa i da mi je naređeno da "motrim" iz unutrašnjosti svoje glave.

Neki glas je toj ženi govorio kroz mene. «Dozvoli mi da prođemo unatrag kroz tvoj život i kroz svaku vezu tvog života», rekao je. «Dozvoli mi da prođem s tobom kroz sve strahove koje si imala i dozvoli mi da ti pokažem kako su te ti strahovi kontrolirali tako dugo da te životna energija nije više mogla hraniti.»

Ta «nazočnost» provela je tu ženu kroz svaki detalj njezinog života i zaista mislim kroz **svaki detalj**. Ona je za nju dozvala u pamet najkraće razgovore, ona joj je govorila o trenucima velike usamljenosti u kojima je plakala sama samcata; ona ju je podsjetila na svaku vezu koja joj je išta značila. Ta je "nazočnost" ostavila dojam da je **svaki trenutak našeg života - svaka mentalna, emocionalna, stvaralačka, tjelesna, pa čak i odmarajuća aktivnost kojima ispunjavamo te trenutke - nekako znana i zabilježena. Svaki stav kojeg se pridržavamo izvor je pozitivne ili negativne moći za koju smo odgovorni.**

Bila sam prestrašena tim iskustvom. Iz daljine sam počela moliti, napola od straha, a napola od poniznosti, suočavajući se s osobnim i krajnjim ciljem svemira. Oduvijek sam pretpostavljala da se naše molitve «čuju», ali nikada nisam bila sigurna kako. Niti sam si svojim jednostavnim ljudskim rasuđivanjem mogla predočiti kako bilo koji sustav, čak i božanski, ne gubi iz vida ničije potrebe, dajući prvenstvo, recimo liječenju, nad zamolbama za financijsku pomoć. Bila sam nepripremljena za taj sveti prizor u kojem se svaka sekunda života čuva s ljubavlju kao velika dragocjenost.

Dok sam molila, još uvijek kao promatrač, zamolila sam da ta žena nikako ne postane svjesna kako nisam ja ta koja joj govori. Budući da nisam mogla odgovoriti na njezino pitanje: «Zašto imam rak?», nisam joj mogla niti objasniti kako sam saznala detalje iz njezine prošlosti. Čim sam izgovorila tu molitvu, ponovno sam je gledala izravno, u lice. Našla sam svoju ruku na njezinom koljenu, premda se nisam sjećala da sam je tamo stavila i promatrala sam njezinu ruku kako je pruža meni.

Čitavo tijelo mi je drhtalo i maknula sam ruku. Sve što je izgovorila bilo je: «*Velika vam hvala. Sada mogu živjeti sa svime*». Zastala je, a onda nastavila: «*Čak me ni smrt ne plaši. Sve je baš kako treba.*»

Otišla je iz mog ureda, a trenutak kasnije i ja, ali duboko potresena. Odšetala sam na prekrasno polje koje je okruživalo Stillpoint i složila sam se da ću surađivati s tom intuitivnom sposobnošću, bez obzira na rezultat.

Od tog jesenskog dana 1983. iskreno radim kao medicinska intuitivka. To znači da koristim svoju intuitivnu sposobnost u pomaganju ljudima da shvate emocionalnu, psihološku i duhovnu energiju koja leži u korijenu njihovih bolesti, nelagoda ili životnih kriza. Mogu osjetiti tip bolesti koji se razvio, često prije nego što čovjek i postane svjestan te bolesti. Ljudi s kojima radim obično su pak svjesni da im životi nisu uravnoteženi i da nešto nije u redu.

Nikakav dramatičan "prvi događaj" nije najavio ulazak intuitivnih sposobnosti u moj život. One su se jednostavno probudile u meni, lako i prirodno, kao da su oduvijek bile tu, čekajući prikladan trenutak da izrone. Kada sam rasla, uvijek sam bila intuitivno budna, reagirajući stalno na prirodne instinkte, kao i većina ljudi. Vi, također, instinktivno, a ponekad i svjesno, procjenjujete energije drugih ljudi, ali obično poznajete te osobe ili ste imali prije barem nekakav kontakt s njima. Ono što je neobično u vezi moje intuicije jest da mogu procjenjivati ljude s kojima nisam imala baš nikakav kontakt. U stvari, više volim kada nemam ranije kontakte, jer izravno gledanje u prestrašeno lice silno ometa moju sposobnost da «vidim» jasno.

Što više koristim svoju intuiciju, ona je točnija. Sada mi se čini gotovo uobičajenom, iako će mi način njezinog funkcioniranja uvijek ostati pomalo misteriozan. Premda vas mogu do određene točke poučiti kako postati intuitivan, zapravo ne znam kako sam to sama naučila. Pretpostavljam da je to što sam postala iznimno intuitivna posljedica moje znatiželje vezane za duhovne stvari u kombinaciji s dubokom frustracijom koju

sam osjećala kada se moj život nije razvijao prema planu. S druge strane, jednako je moguće da je moja medicinska intuicija bila jednostavno rezultat nečega što sam pojela. Znajući kako bogovi djeluju, ne bih se tome ni najmanje začudila.

Nije mi bilo lako usavršiti svoja intuitivna opažanja, čak niti nakon obećanja da ću surađivati sa svojom intuicijom. Nisam imala modele, niti učitelja, premda sam na kraju imala podršku i vodstvo kolega medicinara. Međutim sada, nakon četrnaest godina neprestanog rada, ta vještina mi se čini poput šestog čula. Meni osobno to znači da je vrijeme da poučim druge o jeziku energije i medicinske intuicije.

Radeći sa svojom intuicijom, utvrdila sam emocionalne i psihološke uzroke bolesti. Neosporno je da postoji jaka veza između tjelesnih i emocionalnih stresova i specifičnih bolesti. Ta povezanost je dobro dokumentirana, primjerice, u odnosu srčanih bolesti i hipertenzije i takozvanog A tipa osobnosti. Međutim, **moji određeni uvidi mi pokazuju da su emocionalni i duhovni stresovi i bolesti uzročni korijeni svih tjelesnih bolesti.** Štoviše, određene emocionalne i duhovne krize odgovaraju sasvim posebnim problemima u određenim dijelovima tijela. Na primjer, **ljudi koji mi dolaze sa srčanim problemima imali su životna iskustva koja su ih dovela do toga da iz svog života izbace intimnost ili ljubav. Ljudi koji imaju bolove u donjem dijelu križa imaju stalne financijske brige; ljudi s rakom često puta imaju nerazriješene odnose s prošlošću, nezavršen posao ili emocionalne stvari; ljudi s bolestima krvi često imaju duboke konflikte s obitelji iz koje potječu. Što više proučavam ljudski energetski sustav, to više shvaćam da je u našem tijelu ili našem životu malo toga stvoreno "nasumce". Veze između naših emocionalnih i duhovnih stresova i posebnih bolesti najbolje se razumiju u okviru anatomije ljudskog energetskog sustava - anatomije našeg vlastitog duha - a to je upravo jezgra materijala kojeg podučavam kako u Sjedinjenim Američkim Državama, tako i u drugim zemljama. To je ujedno i žarište ove knjige.**

To što sam medicinski intuitivna pomoglo mi je da naučim ne samo o energetskim uzrocima bolesti nego i o izazovima s kojima se suočavamo iscjeljujući sebe. Bilo mi je od velikog značaja kad sam shvatila da **«iscjeljenje» ne znači uvijek da tijelo ozdravlja od neke bolesti. Iscjeljenje također može značiti da je duh nekog čovjeka otpustio dugo zadržavane strahove i negativne misli prema sebi i drugima. Ta vrsta duhovnog otpuštanja i iscjeljenja može se dogoditi, premda čovjekovo tijelo možda tjelesno i umire.**

Naučiti jezik ljudskog energetskog sustava je sredstvo razumijevanja nas samih, put kroz duhovne izazove. Proučavajući energetsku anatomiju, utvrdit ćete strukturu vašega

života i duboko ispreplitanje djelovanja vašega uma, tijela i duha. Ta samospoznaja vam može donijeti zadovoljstvo i duševni mir, a usput vas dovesti do emocionalnog i tjelesnog ozdravljenja.

Ovaj uvod u medicinsku intuiciju sažetak je četrnaest godina istraživanja anatomije i intuicije, tijela i uma, duha i moći. Na ovim stranicama podučit ću vas jeziku energije s kojom radim. Kad budete stekli tečno znanje energetske anatomije, također ćete postati svjesni svoga tijela kao očitovanja vašeg vlastitog duha. Bit ćete sposobni čitati svoje vlastito tijelo poput svetog spisa. Razumijevanje jezika energije omogućit će vam da vidite vlastiti duh u vlastitom tijelu i shvatite što je to što stvara i čini njega i vas - jakim. Jezik energije će vam dati pogled na vlastitu moć. Također ćete naučiti što je to što oslabljuje vaš duh i moć, tako da ćete moći prekinuti daljnji gubitak energije. Korištenje jezika energije i razumijevanje ljudskog energetskog sustava pomoći će vam da imate jasnije intuitivne dojmove, jer ćete imati konkretne potvrde, temeljene na tijelu, tako da više nećete imati osjećaj kako informaciju slijepo tražite u praznome zraku.

U ovoj knjizi oslanjam se na duboku, trajnu, drevnu mudrost nekoliko duhovnih tradicija - hinduističke čakre, kršćanske sakramente, te Drvo Života iz Kabale - kako bih predstavila novi pogled na zajedničko djelovanje duha i tijela. Molim vas uzmite u obzir da namjerno nisam uključila bogata učenja islama, ne zato što ne poštujem njegove istine, nego zato što nisam živjela s tom tradicijom kao što sam živjela sa židovsko-kršćanskim, hinduističkim ili budističkim učenjima. Zbog toga osjećam da ne mogu cjelovito pisati o islamu. Kako budete učili sagledavati vlastito tijelo i duh na način koji se temelji na drevnim istinama, započet ćete razvijati i vlastitu intuiciju, te shvatiti vlastiti duh i upravljati njime.

Prvotna namjera bila mi je «jednostavno» usredotočiti ovu knjigu na ljudski energetski sustav, filozofiju i praksu energetske dijagnoze, te medicinsku intuiciju, no kada sam započela pisati, shvatila sam da ne mogu točno oslikati te energetske koncepte bez duhovnog okvira. **Vjerujem da smo stvoreni shvatiti kako je naše tijelo/duh, kao pojedinačna moć, izraz Veće Božanske energije. Stvoreni smo otkriti kako vlastitu moć, tako i zajedničku svrhu našega života u okviru duhovne stvarnosti.**

Svi mi dijelimo jedan tip fizičkog tijela koji obolijeva ili ozdravlja iz istih razloga. Također dijelimo emocionalne i psihološke krize zajedničke ljudskom iskustvu. Svatko se boji napuštanja, gubitka i izdaje. Srdžba je otrovna u tijelu Židova, isto onoliko koliko je otrovna u tijelu kršćanina ili hindusa. A ovdje smo da volimo. Glede zdravlja našega duha i tijela, ni tu nema razlike.

Tako je žarište duha/tijela ove knjige prožeto duhovnim jezikom **simboličnog viđenja**. Simbolično viđenje je način gledanja i razumijevanja vas samih, drugih ljudi i životnih događaja u okviru univerzalnih arhetipskih obrazaca. Razvijanje simboličnog viđenja pojačat će vašu intuitivnu sposobnost, jer će vas poučiti zdravoj objektivnosti koju iznose simbolična značenja, ljudi i izazovi, pri čemu je posebno najbolniji izazov bolest. Simbolično viđenje vam omogućava da proučite svoj duh i uvidite neograničen potencijal za ozdravljenje i cjelovitost.

Ljudi koji pohađaju moja predavanja i radionice su različiti: zdravstveni profesionalci, ali i ljudi koji traže pomoć za svoje vlastito zdravlje, ili ljudi koji sami žele postati medicinski intuitivci. Pa ipak, svi oni dijele zajedničku želju da shvate moć vlastitog duha. Oni žele razviti unutrašnju jasnoću, vlastiti intuitivni glas. Nakon pohađanja mojih radionica, liječnici počinju sa mnom dijeliti frustraciju naslućivanja emocionalnog ili čak duhovnog uzroka koji je u osnovi pacijentove bolesti, dok istodobno nemaju slobodu duhovno dijagnosticirati taj uzrok. Radi se o tome da duhovne zamisli nisu pronašle svoje mjesto u konvencionalnoj znanosti. Mnogi liječnici zadržavaju svoje intuitivne utiske za sebe, jer kao što je jedan liječnik rekao «predosjećaj i dokaz još nisu kompatibilni sa zahtjevima zdravstvenih osiguravajućih tvrtki.» Drugi mi je pak liječnik rekao: «Nije mi potrebna medicinska intuicija. Imam je dovoljno. **Želim naučiti o obiteljskim obrascima i dubljim duhovnim pitanjima mojih pacijenata, jer znam da su upravo to informacije koje oni moraju iscijeliti. To im je potrebnije nego lijekovi koji samo privremeno maskiraju njihove simptome.**»

Želja za duhovnim znanjem i tumačenjem života je univerzalna. Vjerujem da jezik energije i praksa simboličnog viđenja može pomoći premostiti ponor između konvencionalnih medicinskih i duhovnih pogleda na zdravlje i ozdravljenje.

Unatoč toga, kada sam prvi put počela intuitivno osjećati nazočnost bolesti, kao što sam ranije spomenula, prestrašila sam se i uznemirila zbog vlastitog pomanjkanja liječničkih i duhovnih objašnjenja. Tako sam u prve dvije godine prešućivala informacije koje sam osjetila. Ograničila sam svoju podršku u pomaganju ljudima tako što sam im tumačila emocionalne, psihološke i duhovne stresove i činitelje koji su u osnovi razvoja njihove bolesti. Nisam raspravljala o posebnim medicinskim tretmanima ili kirurškim procesima, nego sam umjesto toga upućivala klijente liječnicima. Međutim, 1984. godine sreća sam dr. C. Normana Shealyja, doktora medicinskih znanosti. S njim sam započela intenzivno učenje o anatomiji ljudskoga tijela. Razgovarajući s pacijentima, uz Normanovu pomoć, o njihovom životu i bolesti, mogla sam profinjavati razumijevanje utisaka koje sam primala. Tako sam razvila doživljaj «zone ugone» koja mi je bila

potrebna za sazrijevanje moje vještine, premda još uvijek ne tretiram svoje klijente, već im samo pokušavam protumačiti duhovna pitanja u korijenu njihove emocionalne ili tjelesne krize.

Kroz godine rada s Normanom, koji je postao moj medicinski kolega i dragi prijatelj, naučila sam da je moja vještina od najvećeg značenja u razdobljima prije nego što se tjelesna bolest u stvari razvije.

**Prije nego li tijelo stvori tjelesnu bolest, energetske pokazatelji, kao što su poduža letargija i depresija, govore nam da gubimo vitalnost. Ljudi u takvim razdobljima traže savjet liječnika, jer znaju da se ne osjećaju dobro - oni zapažaju znakove koji govore da im tijelo gubi energiju. Često, međutim, liječnički testovi pokazuju da je sve u redu, jer se njima jednostavno još ne može utvrditi da se išta događa na tjelesnoj razini. Testovi konvencionalne medicine nemaju načina kako izmjeriti gubitak energije, a većina liječnika ne podupire zamisao energetskog poremećaja.** A opet se stalno javljaju nove, zamršene bolesti koje ne reagiraju na tretmane konvencionalne medicine. Neke od njih, poput AIDS-a, mogu se dijagnosticirati putem konvencionalnih medicinskih metoda, dok izgleda da se druge razvijaju kao rezultat visokonaponskog koraka našega života i stalne izloženosti elektromagnetskoj energiji iz kompjutera, satelitskih tanjura, celularnih telefona i drugih sredstava kojima smo opteretili svoj okoliš. Bolesti poput sindroma kroničnog umora ili onih nastalih zbog poremećaja okoliša trenutačno su «neslužbene» bolesti. Prema konvencionalnim medicinskim standardima, njima manjka mikropski uzročnik koji se može utvrditi. Pa ipak, one su sasvim sigurno službene bolesti u okviru energetske definicije poremećaja zdravlja, jer njihovi simptomi ukazuju da pacijent doživljava gubitak snage energetskog polja.

Medicinska intuicija može pomoći onim liječnicima koji shvaćaju da je ljudsko tijelo oboje, i tjelesni sustav i energetske sustav, onima koji ljudsko iskustvo mogu smjestiti u duhovni okvir, pa mogu utvrditi energetske stanje tjelesne bolesti i tretirati uzrok i simptome. **Tretman u energetskom polju može uključivati niz terapija, kao što su psihološko savjetovanje, akupunktura, masaža i homeopatija.** Međutim, bitan sastojak energetskog iscjeljivanja ostaje aktivna uključenost pacijenta. Bez obzira na hitnju s kojom medicinski intuitivac upozorava na mogućnost neke bolesti, **upozorenja ne liječe. Akcije liječe.**

Ništa me ne bi više veselilo od toga da vam mogu trenutačno prenijeti svoju intuitivnu vještinu putem mojih knjiga i radionica. Međutim, tek kroz godine prakticiranja u potpunosti ćete razviti svoju vlastitu intuiciju. "Intuitivno stažiranje" koje sam prošla s

Normom, neurokirurgom obrazovanom na Harvardu i osnivačem Američke udruge za cjelovitu medicinu, osposobilo me da radim profesionalno. Svatko može imati koristi slijedeći učenja iz ove knjige i poboljšati svoju intuitivnu jasnoću, ali kako je program pripravništva tako bitan za potpuno razvijanje intuicije, u bližoj budućnosti Norm i ja namjeravamo pomoći medicinski intuitivnim studentima da prođu programe pripravništva pri holističkim zdravstvenim centrima u cijeloj zemlji. Norm i ja predajemo znanost intuicije na njegovom imanju u Springfieldu, u Missouriju, koja ima za cilj podučiti ljude da koriste intuiciju kao normalan dio svoga zapažanja.

Još prije jednog desetljeća ideja o programu pripravništva za medicinskog intuitivca bila bi sasvim pretjerana, međutim mi kao društvo postajemo sve otvoreniji i otvoreniji za medicinske tretmane koji koriste drevno znanje energetskog strujanja u ljudskom tijelu i oko njega, uključujući između ostalih **akupunkturu, akupresuru, chi kung**. Kao što **dr. Larry Dossey** piše u knjizi **Značenje i medicina**, trebamo prakticirati "medicinu treće ere" - terapije koje kombiniraju duhovne i tjelesne, holističke i alopatske pristupe za fizičko i emocionalno liječenje. Ne mogu se oduprijeti osjećaju da će medicinski intuitivci na kraju postati bitni članovi timova zdravstvene skrbi kako u ovoj zemlji tako i u cijelome svijetu.

**holizam** – teorija da organizam kao cijelina usmjeruje fizičkokemijske procese u živom biću; u psihologiji načelo da se pojedine psihičke pojave moraju uvijek promatrati u sklopu psihičke cjeline

**alopatija** – liječenje kod kojega se bolest s jednog dijela prenosi na drugi dio tijela; liječenje sredstvima koje djeluju protivno od postojećih znakova bolesti

Svijet konvencionalne medicine na rubu je prepoznavanja veze između energije ili duhovnog poremećaja i bolesti. Neizbježno je da će se jednog dana prekriziti podjela između tijela i duha, a u međuvremenu možemo si pomoći izgraditi vlastite mostove prema svom duhu učeći jezik energije i vještinu simboličkog viđenja. Nadam se da ćete kroz ovu knjigu naučiti razmišljati o sebi jezikom energije isto onako živo kao što sada vidite svoje fizičko tijelo, te da ćete početi skrbiti za svoj duh isto tako svjesno kao što sada to činite za svoje tijelo.



# UVOD

## Kratka osobna povijest

Kao što govorim ljudima koji pohađaju moje radionice i predavanja, tako želim reći i vama da vas odvodim u svijet koji postoji "iza mojih očiju". Ali ako vam prvo kažem o nizu poziva na buđenje koji su me vodili do mog vlastitog motrišta, ako vas prvo upoznam s puno različitih ljudi i događaja koji su me tijekom godina usmjeravali da postanem medicinska intuitivka, možda ćete postati svjesniji unutrašnjeg vodstva koje je na djelu u vašem vlastitom životu.

## Prekretnice

Sve što za mene ima profesionalnu, osobnu i duhovnu vrijednost, naučila sam kroz vlastiti rad kao medicinska intuitivka. Međutim, kao studentica na koledžu bila sam usmjerena u drugom pravcu. Opterećena ambicijom, studirala sam novinarstvo i kao brucošica donijela sam odluku da ću osvojiti Pulitzerovu nagradu prije nego li navršim tridesetu. Problem s ovim planom, a koji sam otkrila radeći na svom prvom novinarskom poslu, bio je taj što mi je nedostajao talenat potreban za uspješno novinarsko izvješćivanje.

Dala sam otkaz, ali nisam mogla prihvatiti da se moj jedini san o karijeri - da budem novinarka - neće obistiniti. Kako nisam imala rezervni san, upala sam u otrovnu, ljepljivu depresiju, klasičnu "tamnu noć duše". Tijekom najgorih mjeseci spavala bih do kasnih jutarnjih sati, a onda sjela na pod svog kućnog ureda i buljila u napola dovršene članke za časopise.

Jednog jutra, baš kad sam se budila iz dubokog sna, još uvijek u onom stanju između sna i jave, preplavio me je osjećaj da sam umrla, te da se samo prisjećam ovog života. Osjetila sam zahvalnost što je moj život završio. Kada sam konačno otvorila oči i shvatila da sam i te kako još živa, uhvatila me je mučnina i provela sam jutro povraćajući svoje razočaranje. Iscrpljena, vratila sam se u krevet i pokušala ocijeniti gdje sam pogriješila planirajući svoj život. U tom trenutku u glavi mi je prasnulo jedno sjećanje na domaći uradak iz novinarstva.

Moja profesorica novinarstva potrošila je prilično vremena naglašavajući važnost objektivnosti u preciznom novinarskom izvješćivanju. Objektivnost, govorila je, znači da se emocionalno držite postrance od predmeta o kojem izvješćujete i da tragate samo za «činjenicama» koje opisuju situaciju. Zamolila nas je da zamislimo neku zgradu u požaru i da četiri reportera, svaki na drugom uglu zgrade, izvješćuje o tom događaju. Svaki reporter bi imao drugi pogled na isti događaj. Svaki bi intervjuirao ljude na svom uglu. Onda nam je profesorica postavila pitanje: «Koji reporter je imao stvarne činjenice i točno gledište? Drugim riječima, koji reporter je vidio istinu?»

Iznenada, ta jednostavna zadaća otprije toliko godina dobila je golemo simbolično značenje za mene. Možda su «istina» i «stvarnost» samo pitanje zapažanja, pomislila sam. Možda sam promatrala život samo jednim okom, videći zgradu samo s jednog ugla i dijeleći to s drugima kojima je također nedostajala dubina zapažanja. Shvatila sam da moram otvoriti drugo oko i maknuti se s tog ugla.

Moj iscrpljeni, nezadovoljni um potom je doživio još jedan skok unatrag. Iste godine kada sam diplomirala, napustila sam svoj rodni grad Chicago i otišla provesti ljeto radeći na Aljasci. Putovala sam s dobrim prijateljicama u Seattle, a tamo smo se ukrcale na trajekt koji je vozio tri dana do Hainesa. Čitavo to vrijeme nijedna od nas nije sklopila ni oka, tako da smo po dolasku u Haines praktički vidjele dvostruko.

Na pristaništu smo srele nekog čovjeka koji nas je prevezao kombijem od trajekta do lokalnog hotela. Otišle smo u sobu i srušile se na krevete. Moje su prijateljice zaspale dubokim snom, ali ja nisam. Bila sam tako napeta da sam izišla iz hotela i počela lutati gradom. Ugledao me je vozač kombija, zaustavio svoje vozilo i zapitao me kuda idem. Rekla sam da sam izišla u šetnju. Rekao mi je da uskočim u njegov kombi, što sam i učinila, a potom me iskrcao ispred trošne drvene dvokatnice.»"Pođi na drugi kat», rekao je, «Žena koja tamo živi zove se Rachel. Idi i nakratko razgovaraj s njom, pa ću se vratiti po tebe».

Danas, ovdje u Chicagu, takvo ponašanje bi se smatralo prilično opasnim. Ali u to vrijeme moja sposobnost rasuđivanja bila je pomračena zbog moje iscrpljenosti i opčinjenosti Aljaskom. Dakle, napravila sam ono što mi je on predložio - popela se stepenicama i pokucala na vrata. Američka Indijanka u dobi od sedamdesetak i koju godinu - Rachel - otvorila mi je vrata i rekla: «Pa, uđi unutra. Skuhat ću ti čaj». To je obilježje Aljaske - susretljivo, toplo gostoprimstvo dostojno povjerenja. Nije izgledala iznenađena što me vidi, niti je reagirala kao da se namećem. Za nju je bilo uobičajeno da joj netko nenadano svrati na čaj i razgovor.

Dok sam pospano sjedila u Rachelinom domu, osjećala sam se kao da sam između dva različita svijeta. Polovica stana bila je ukrašena predmetima iz ruske kulture - ikonama Crne Bogorodice, samovarom u kojem je Rachel pravila čaj, ruskim čipkanim zavjesama na prozorima. Druga polovica pripadala je čistoj kulturi athabaskanskih Indijanaca, uključujući omanji totemski stup i indijanski pokrivač koji je visio na zidu.

Podigavši pogled sa samovara, Rachel je primijetila kako promatram totemski stup. «Znaš li čitati totemski stup?», pitala je. «Ne», odgovorila sam. «A Vi znate?»

«O, da. Totemski stupovi su duhovni iskazi o čuvarima plemena», rekla je Rachel. «Pogledaj ovaj. Životinja na vrhu je medvjed - jak, lukav u prikradanju svojoj žrtvi, ali nikad ne ubija zbog pukog ubijanja, nego samo da bi se zaštitio i potrebna su mu duga razdoblja sna da bi povratio svoju snagu - to je duh koji vodi naše pleme. Mi moramo oponašati taj duh.»

Čuvši te riječi, probudila sam se. Bila sam u nazočnosti dobrog učitelja, a dobar učitelj trenutačno djeluje na usredotočivanje pažnje.

Rachel mi je rekla da je pola Ruskinja, pola Athabaskinja i da je živjela na Aljasci puno prije nego li je Aljaska postala državom. Podijelivši sa mnom, unatoč kratkoće, svoju prošlost i athabaskansku duhovnu tradiciju, promijenila je moj život zauvijek.

**«Vidiš li onaj pokrivač na zidu? Taj pokrivač je nešto posebno. U athabaskanskoj kulturi, biti izrađivač pokrivača, ili pjesnik, ili imati bilo kakvo zanimanje jest pitanje velike časti. Moraš imati dozvolu od pjesnika da pjevaš njegove pjesme, jer te pjesme sadrže njegov duh. A kada si izrađivač pokrivača, zabranjeno ti je da počneš tkati pokrivač, ako ne znaš hoćeš li živjeti dovoljno dugo da ga završiš. Ako otkriješ da ti je potrebno umrijeti» - pripazite, rekla je potrebno – «moraš izvesti ceremoniju s nekim tko će se složiti da dovrši taj zadatak za tebe, jer ne možeš ostaviti nijedan dio svog posla nedovršenim prije negoli umreš. U protivnom, ostavljaš dio svog duha iza sebe.**

Taj pokrivač je bio skoro gotov, kada je Veliki Duh došao u snu ženi koja ga je izrađivala i rekao joj je da se pripremi napustiti zemlju. Priupitala je Duha hoće li živjeti dovoljno dugo da dovrši pokrivač i Duh je odgovorio da, te da će joj za to biti dano

*dodatno vrijeme. Umrla je dva dana pošto je završila pokrivač. Njezin duh postoji u tom pokrivaču na dobar i moćan način i on mi daje snagu».*

*«Život je jednostavan», rekla je Rachel. «Rađaš se da brineš o drugima i o zemlji. I kada dobiješ poruku da ti se bliži kraj, moraš izvršiti odgovarajuće pripreme za odlazak ne ostavljajući iza sebe nikakav nedovršeni posao. Moraš obaviti svoje isprike, prenijeti svoje plemenske dužnosti i prihvatiti od plemena zahvalnost i ljubav za vrijeme koje si provela s njim. To je tako jednostavno.»*

Rachel je zastala da naliže čaj, a onda ponovno započela.

*«Sutra na večer idem na ceremoniju, potleč ceremoniju. Jedan čovjek se priprema napustiti zemlju i vratit će plemenu sve što posjeduje. Položit će svoju odjeću i alat u dugačku posudu. Pleme će simbolično prihvatiti njegove stvari, što znači da će biti oslobođen svih plemenskih dužnosti, tako da može završiti rad svog duha. Onda će nas napustiti», rekla je Rachel.*

Zanimela sam zbog Rachelinog spokojstva i činjeničnog stava, a naročito mirnoće u svezi smrti. Gdje je sav onaj strah povezan sa smrću na koji smo toliko navikli u mojoj kulturi? Rachel je upravo razbila čitav moj svijet onako kako sam ga ja razumjela - a posebice moju zamisao duhovne dimenzije života - ili Boga - a opet je bila ležerna poput ljetne kiše. Htjela sam odbaciti istine o kojima mi je govorila tijekom čaja, kao da one nisu ništa više nego primitivna uvjerenja, ali instinkt mi je govorio da je ona poznavala Boga koji je bio daleko stvarniji nego moj.

*«Kako čovjek zna da će umrijeti? Je li bolestan?», upitala sam.*

*«O», rekla je, «otišao je vraču. Vrač mu je pogledao energiju. Njegova energija mu je rekla što mu se događa».*

*«Kako vrač zna te stvari?»*

Izgedala je šokirana mojim neznanjem. *«Reci mi», rekla je Rachel, gledajući mi ravno u oči. «Kako to da ti ne znaš takve stvari? Kako možeš živjeti, a da ne znaš što tvoj duh radi i što ti tvoj duh govori?»* Dodala je: *«Svatko odlazi vraču da sazna što mu njegov duh govori. Prije puno godina vrač mi je rekao: «Uskoro ćeš slomiti nogu, ukoliko ne naučiš bolje hodati.»* Zнала sam da nije mislio na tjelesno hodaње. Znao je da nisam poštena, jer sam željela muškarca druge žene. Nisam više smjela vidjeti tog čovjeka. Bilo mi je teško, jer sam ga voljela. Ali mi je duh oboljevao zbog nepoštenja.

*Otišla sam iz tog mjesta na neko vrijeme, a kad sam se vratila, mogla sam dobro hodati.»*

Očajnički sam željela ostati s Rachel još koji trenutak i još učiti od nje. Ponudila sam se da joj očistim stan, obavim poslove, bilo što. Ali kad je vozač kombija stigao po mene, otpravila me je i više je nikada nisam vidjela. Dok sam se penjala u kombi, vozač je primijetio: «*Ona je prava, zar ne?*»

Kada sam se te jeseni vratila s Aljaske, tijelo mi je stiglo, ali ne i duh. Bili su mi potrebni mjeseci da ih ponovno ujedinem. Prije nego što sam srela Rachel, nisam uzimala u obzir moć svog duha onako kako mi je to Rachel opisala. Nikada nisam razmišljala da unosimo svoj duh u sve što činimo i u svakoga koga srećemo. Niti mi je padalo na pamet da moje životne odluke izražavaju moj duh ili utječu na moje zdravlje.

Sada vidim da je Rachelina pripovijest o emocionalnom i tjelesnom izlječenju dobar primjer kako korištenjem simboličnog viđenja možemo promijeniti svoj život. Premda to tada nisam znala, moje poslijepodne s njom bio je uvod u medicinsku intuiciju. Još dok nisam počela s radom u ovom području, a to se nije dogodilo još idućih osam godina, prisjećanje na nju izvuklo me je iz moje postnovinarske depresije i usmjerilo me u drugom smjeru. Odlučila sam upisati postdiplomski studij teologije na fakultetu za profesionalce, tj. ljude koji su već nešto diplomirali, i nadala sam se da će mi to dati širu perspektivu, sličnu Rachelinoj, te da će mi pomoći da se konačno oslobodim svog uličnog ugla, svojih predrasuda i umnih ograničenja. Možda Bog za kojeg sam mislila da ga poznajem zapravo nije Bog koji postoji, budući da on sasvim sigurno nije uslišao moju molitvu da postanem novinarka. Možda će Bog kojeg još ne poznajem reagirati drukčije.

Stigla sam na profesionalni fakultet u stanju krize, osjećajući se po prvi put u svom životu bespomoćnom. Pa ipak, **magistrirala sam na temi misticizma i šizofrenije** - ludila koje se susreće na putu prema duševnom zdravlju. Tek kasnije sam shvatila da me je moj vlastiti osjećaj bespomoćnosti doveo da studiram moć, jer su **životopisi mistika lekcije o tjelesnom, emocionalnom i duhovnom lišavanju i gubljenju moći, popraćeni ponovnim rođenjem u novi odnos prema moći. Iza zatvorenih vrata, kroz tjeskobu i ekstazu, mističari su stjecali pristup duhu, pristup tako dubok da su postali sposobni izdisati energiju, poput božanskog elektriciteta, u obične ljude i djela. Postali su sposobni liječiti druge kroz djela istinske ljubavi, opraštanja i vjere.**

Govori se da su neki od najpoznatijih mistika kršćanske kulture sveti Franjo Asiški, sv. Klara Asiška, Julijana iz Norwicha, sv. Tereza Avilska, sv. Katarina Sijenska, te puno suvremeniji Padre Pio, bili u neprestanom bliskom razgovoru s Bogom, živeći u jasnoći posve izvan uobičajene svijesti. **Svijet "iza njihovih očiju" je za njih beskrajno stvarniji nego svijet ispred njihovih očiju.** Zapažanja mistika o stvarnosti i moći razlikuju se od onih kod običnih ljudi. **Govoreći jezikom kršćanstva, mistici su «u svijetu, ali ne od ovoga svijeta».** Govoreći jezikom budizma i hinduizma, oni su odvojeni od privida fizičkog svijeta. Oni mogu vidjeti simbolično, jasno, jer su budni. (Riječ buddha znači "onaj koji je budan".) Premda duhovna staza za postizanje tog stupnja svijesti i jasnoće može biti tegobna, bez obzira na to s koliko jada su se ti mistici suočavali na putu, nijedan od njih nikada nije zatražio povratak u uobičajenu svijest.

U osobnom korištenju intuicije i simboličkog viđenja u pomaganju ljudima da uvide zašto su se razboljeli, često razmišljam o životima mistika, naročito o temi osobnog odnosa prema moći. Kada mi je to područje intuicije bilo sasvim novo, još nisam povezivala bolest, ozdravljenje i osobnu moć, ali sada vjerujem da je ta snaga osnova zdravlja. Moja vlastita objektivnost - moja simbolična perspektiva o životu - pomaže mi da procjenjujem odnose ljudi prema moći i kako moć utječe na njihovo tijelo i duh.

Danas se koristim Rachelinim jezikom da bih ljudima rekla kako su utkali svoj duh u negativne stvari i da bi povratili svoje zdravlje moraju se povući za trenutak, povratiti svoj duh natrag i naučiti iznova ravno hodati. Naravno, ukoliko budu mogli slijediti tako jednostavne upute, jer **naš duh sadrži naš život i naše životne izbore. Mi uistinu tkamo svoj duh u događaje i odnose u našem životu.** Život je upravo tako jednostavan.

## Intuitivno pripravištvo

Kad promatram unazad svojih četrnaest godina, sada vidim da je bio napravljen raspored za moje školovanje; raspored koji me je usmjeravao učenju kako tumačiti jezik energije za intuitivno dijagnosticiranje. Od 1983. do 1989. godine, kada sam bila naučnica intuitivka, neobične podudarnosti su mi pomogle da naučim ono što sam trebala saznati.

Prvo, primijetila sam da susrećem ljude u "skupinama" i da se svi ljudi u toj nekoj skupini bore s istim poremećajem. Tijekom jednog tjedna posjetilo bi me troje ljudi s istim tipom raka. Nekoliko tjedana kasnije, nazvalo bi me drugo troje ljudi, a svi su patili od migrenskih glavobolja. Na koncu sam sretala skupine ljudi koji su patili od

dijabetesa, raka dojke, problema s debelim crijevom, raka prostate, prolapsa uterusa, depresije i brojnih drugih zdravstvenih problema. Prije odluke da prihvatim svoju intuiciju, ljudi koji su me kontaktirali, nisu se pojavljivali po nekom određenom uzorku.

Istodobno se pojačala kvaliteta informacija koje sam primala. To mi je pokazalo kako je emocionalni, psihološki i tjelesni stres u životu osobe pridonio razvoju njene bolesti. U početku sam samo primjećivala utisak koji sam primala od svake osobe, ne razmišljajući o uspoređivanju stresnog uzorka jedne osobe s uzorkom druge osobe. Onda sam konačno počela uviđati da se **nijedna bolest ne razvija nasumce**, pa sam napravila pregled svih ranijih slučajeva da bih našla kako neki **emocionalni ili psihološki uzroci prethode određenoj bolesti**. Do 1988. bila sam sposobna identificirati emocionalne, psihološke i tjelesne stresne uzorke skoro stotinu različitih bolesti. Ti uzorci su otada dokazani kao nepobitni i korisni mnogim liječnicima ili drugim zdravstvenim profesionalcima koje sam podučila.

Susret s Normanom Shealyjem je još jedan poseban događaj. Osim što je neurokirurg, Norman je i osnivač Američke udruge cjelovite medicine i vodeći američki stručnjak za problem bolova. Od 1972. također je zainteresiran za metafizičke predmete.

U proljeće 1984. pozvana sam na prilično ekskluzivnu konferenciju srednjeg Zapada, ne zbog svojih intuitivnih sposobnosti, nego u ulozi izdavača tvrtke Stillpoint, jer je to još uvijek bilo moje glavno zanimanje. Tijekom konferencije sreća sam psihologa koji me upoznao s Normanom Shealyjem. Bez nekog očitog razloga rekao je: *«Vidiš li onog čovjeka tamo? On je liječnik zainteresiran za medicinske intuitivce.»* Postala sam nevjerojatno nervozna, ali sam odlučila pristupiti doktoru Shealyju i reći mu da sam medicinski intuitivna.

Jednog dana tijekom ručka, dok sam sjedila pokraj njega, rekla sam mu kako mogu postaviti dijagnozu na daljinu. Nije izgledao ni najmanje impresioniran. Samo je nastavio guliti jabuku i zapitao me: *«Koliko ste dobri u tome?»* Odgovorila sam mu da nisam sigurna. Onda me je upitao: *«Možete li ustanoviti da netko ima tumor mozga? Možete li vidjeti stvaranje bolesti u tijelu osobe? Nije mi potreban netko tko će mi reći da je energija pacijenta «niska». To mogu i sam vidjeti. Potreban mi je netko tko može proniknuti u osobu poput renga.»*

Odgovorila sam doktoru Shealyju kako nisam sigurna u svoju točnost, jer sam relativno nova u tome. Rekao mi je da će me nazvati onda kad bude imao pacijenta za kojeg misli da bi mu moja vještina bila od koristi.

Sljedećeg mjeseca, u svibnju 1984., nazvao me je u Stillpoint. Rekao mi je kako je u njegovoj ordinaciji pacijent, spomenuo je njegovo ime i dob te čekao na moj odgovor. Sjećam se procjene koju sam živo iznijela, jer sam bila jako nervozna. Govorila sam o mojim utiscima u slikama, a ne putem psiholoških izraza. Rekla sam doktoru Shealyju kako osjećam kao da se njegovom pacijentu slijeva beton niz grlo. Potom sam prokomentirala njegova emocionalna pitanja koja su, prema mom viđenju, prethodila razvoju njegovog tjelesnog stanja. Taj pacijent, ovisnik, bio je toliko zastrašen priznati svoje stanje, da je doslovce bio nesposoban izreći istinu o tome. Riječi su se sledile u njegovom grlu. Kada sam završila, dr. Shealy se zahvalio i spustio slušalicu. Nisam imala pojma jesam li dobro obavila posao, ali mi je kasnije rekao da je taj čovjek bolovao od raka jednjaka.

To je bio početak mog rada s Normanom Shealyjem. Njegovo neemocionalno reagiranje na moje procjene pokazalo se golemim blagoslovom. Da je o mojoj vještini u tim danima govorio više, vjerojatno bih postala samosvjesna i nastojala ga impresionirati, što bi bez svake sumnje omelo moju točnost. Budući da je bilo onako kako je bilo, njegova nezainteresiranost mi je pomogla da ostanem objektivnom i jasnom. Dakle, kao što sam naučila od svoje profesorice novinarstva, i kao što sada podučavam druge, **objektivnost je bitna u postizanju točne procjene. Ništa ne može prouzročiti veće smetnje nego potreba biti «u pravu» i dokazivanje da možete obaviti intuitivnu procjenu.**

Tijekom naredne godine Norman mi je pomogao proučiti ljudsku anatomiju i nazivao me još nekoliko puta da procijenim njegove pacijente. Sa svakim pacijentom moje su procjene postajale tehnički sve točnije i točnije. Umjesto primanja nejasnih slika tjelesnih organa, uskoro sam mogla prepoznati i razlikovati točne vibracije neke specifične bolesti i locirati je u fiziologiji osobe. Naučila sam da **svaka bolest i svaki tjelesni organ imaju vlastitu «frekvenciju» ili vibracijski uzorak.**

Tada davno nikad mi nije palo na pamet da ćemo Norm i ja jednoga dana postati radni tim. Kad sam se već posvetila razumijevanju svoje vještine, još sam uvijek ulagala većinu svoje energije u uspjeh Stillpointa. Onda sam u ožujku 1985. srela mladića čija mi je hrabrost u suočavanju sa svojom bolešću i liječenju dala odvažnost da se otvorim svojim intuitivnim uvidima na novi način.

Dok sam radila s Normom, stjecala sam sve više samopouzdanja u svoju sposobnost utvrđivanja bolesti koje sam osjetila, i to po stručnom imenu, isto kao i njoj pripadajuće energetske stresove i nagovještaje. Međutim, izbjegavala sam usmjeravati



klijente u određeno liječenje, prepuštajući to Normu. Ono malo što sam znala o liječenju bilo je ograničeno na rukopise koje sam pročitala i razgovore s mojim kolegama.

Jedne subote ujutro u ožujku 1985. nazvao me je muškarac po imenu Joe s kojim sam se srela, onako usput, nakon jednog predavanja koje sam održala u Kansas Cityju. Rekao mi je kako ima osjećaj da nešto nije u redu s njegovim sinom Peterom i zamolio me za procjenu. Budući da je Peter već bio odrastao čovjek, zamolila sam Joea da za to dobije i njegovu dozvolu. Nakon nepunih deset minuta taj me otac ponovno nazvao i rekao kako je Peter otvoren za svaku pomoć koju mu mogu pružiti. Pitala sam za Peterove godine i kad sam dobila odgovor, trenutačno me je zapljusnuo osjećaj da je imao leukemiju. To nisam spomenula Joeu, nego sam ga zamolila za Peterov telefonski broj rekavši kako ću izravno razgovarati s njim.

Dok sam radila bilješke intuitivnih utisaka koje sam primala, shvatila sam da vibracija koju sam primala ipak ne odgovara leukemiji. No, nisam bila u stanju identificirati tu vibraciju, jer je ranije nisam nikada srela. Onda sam iznenada shvatila da je Peter bio HIV pozitivan. Moj razgovor s njim ostat će mi u živom sjećanju, jer sam znala da bih se i ja osjećala čudno da me nazove neka neznanka iz drugog kraja zemlje i kaže: *«Bok, upravo sam provjerila tvoj energetski sustav i ti ne samo da si HIV pozitivan, nego si već počeo razvijati AIDS.»* Peterovo tijelo je zapravo počelo manifestirati simptome **Pneumocystis carinii** pneumonije (PCP), najučestalijeg plućnog poremećaja povezanog s HIV virusom.

Ono što sam tog jutra zapravo rekla Peteru bilo je: *«Peter, ja sam prijateljica tvog oca i ja sam medicinska intuitivka»*, i pokušala sam mu objasniti što radim. Konačno sam rekla: *«Procijenila sam tvoju energiju i ti imaš AIDS.»* Njegov odgovor je bio: *«Isuse, Caroline, tako se bojim. Prošao sam dva testa i oba su HIV pozitivna.»*

Zvuk njegovog glasa, njegovo trenutačno povjerenje uzrokovalo je bujicu osjećaja u meni pa smo razgovarali o tome što bi trebao dalje učiniti. Peter mi je rekao da njegov otac čak i ne zna da je on homoseksualac, a još manje da ima AIDS. Rekla sam mu kako njegovom ocu neću ništa reći, ali sam ga ohrabrila da bude pošten u svezi svoga života i zdravlja. Razgovarali smo oko pola sata. Čim sam spustila slušalicu, opet je nazvao njegov otac i pitao me o zaključcima. Rekla sam Joeu da Peter treba razgovarati s njim i da ne osjećam da je prikladno da ja s njim podijelim sadržaj svog razgovora s Peterom. A on je rekao: *«Znam što nije u redu s mojim sinom. On želi prekinuti studij prava, a boji mi se to reći.»* Nisam reagirala na to i završili smo razgovor.

Dvadeset minuta kasnije Joe me je ponovno nazvao. «*Razmišljao sam o najgoroj mogućoj varijanti koja se može desiti mom sinu*», rekao je. «*I da me moj sin nazove i kaže: «Tata, imam AIDS», shvatio sam da bih ga i dalje volio.*» Odgovorila sam: «*Nadam se da tako i mislite, jer je to upravo ono što ćete čuti.*»

Prošlo je još trideset minuta i Joe me je ponovno nazvao i rekao kako je Peter na putu prema kući, te da će do podneva idućeg dana obojica biti u mojoj dnevnoj sobi u New Hemphsireu. Bila sam zapanjena i odmah sam nazvala Norma.

Norm i ja sastavili smo program liječenja za Petera, a on je uključivao prelazak na zdravu, gotovo vegetarijansku prehranu, vježbe aerobike, prestanak pušenja, primjenjivanje ricinusovog ulja na abdominalnom području po 45 minuta dnevno, te psihoterapiju koja je imala zadatak da mu pomogne osloboditi se tajnovitosti oko toga što je bio homić. Peter je obavljao sve što je bilo potrebno za ozdravljenje, bez prigovaranja i osjećaja da je liječenje napor. U stvari, on je imao stav: «*Je li to sve?*»

Mnogi ljudi, a to mogu ovdje spomenuti, prihvaćaju programe liječenja kao da im je to kazna. Norm i ja smo otada radili s bezbrojnim pojedincima, uključujući i jednu ženu koja je patila od debljine, dijabetesa i kroničnih bolova. Razgovarali smo s njom o tome kako se njezino stanje može trenutačno poboljšati ako prijeđe na zdrav program prehrane i počne s umjerenom tjelovježbom. Njezin odgovor je bio: «*Apsolutno ne. Nikada ne bih mogla činiti te stvari. Nemam nikakvu snagu volje. Možete li mi predložiti nešto drugo?*» Nasuprot tome, Peter je prihvatio osobnu odgovornost za liječenje sa zahvalnošću i prihvatio sve zahtjeve u svezi njegovog programa izlječenja kao nenaporne. Šest tjedana kasnije, njegov nalaz krvi na virus HIV bio je negativan. Peter je sada odvjetnik i do dana današnjeg je HIV negativan.

Nakon toga smo Norm i ja opisali ovaj slučaj u našoj prvoj knjizi **AIDS: prolaz prema preobrazbi (Stillpoint, 1987.)**. Kao posljedica rada s Peterom, Norm i ja smo počeli držati radionice za ljude koji su ili bili HIV pozitivni ili su oboljeli od AIDS-a, s uvjerenjem da ako je jedna osoba mogla izliječiti sebe, to mogu i drugi.

## **Od hobija do profesije**

Peterovo dramatično izlječenje od bolesti koja se smatra smrtonosnom donijelo mi je prve pozive da držim predavanja u inozemstvu na temu AIDS-a i liječenja općenito. Njegov slučaj bila je prekretnica za mene i dovela me je do toga da počnem promatrati

podrijetlo bolesti - posebice **kako i zašto se bolest razvija, što je potrebno da se izliječi neka bolest i zašto se neki ljudi izliječe, a neki ne. A posebno sam se počela pitati kakvi su to preduvjeti koji čitavu jednu kulturu čine sklonom nekoj epidemiji? Kakav emocionalni i tjelesni stres povlači otonac skupne kemije koja dovodi do bolesti?**

Razmišljajući simbolično, skoro sam mogla vidjeti očitovanje AIDS-a kao globalne bolesti. Plućna bolest **Pneumocystis carinii** može predstavljati simbol uništavanja prašuma, odakle se Zemlja najviše opskrbljuje kisikom. Slično, Kaposijev sarkom - kancerozne kožne lezije - od kojih pate mnogi oboljeli od AIDS-a, predstavlja simboličnu destrukciju prirodne površine zemlje, možda najdramatičnije kroz pokuse nuklearnog oružja, ali i putem toksičnog otpada i drugih oblika onečišćenja. I konačno, ljudski imunološki sustav može simbolizirati Zemljin ozonski omotač, koji je sada isto tako krhak kao i imunološki sustav jako bolesnog pacijenta.

Neki ljudi su Peterov slučaj opisivali kao «čudo», govoreći kako je on primio posebnu milost Božju koja je pomogla njegovom izlječenju i da bez te milosti nikad ne bi ozdravio. Premda i to može biti točno, čovjek se ipak mora zapitati: **«Što je potrebno da se čudo dogodi?» Vjerujem da naša stanična tkiva odražavaju vibracijske obrasce naših stavova, sustava vjerovanja i da nazočnost ili nenazočnost neke naročite energetske vibracije ili «milosti» možemo aktivirati prizivajući svoj duh iz negativnih vezanosti.**

Kao što u **Tečaju o čudima** piše: **«Čuda su prirodna. Nešto nije u redu ako se ona ne događaju.»** Peterovo izlječenje navelo me je da otkrijem što je to što činimo, a čime onemogućujemo energiji da čini čuda. Na primjer, vi možete biti vegetarijanac i trčati deset kilometara dnevno, ali ako ste u nekoj nedopuštenoj vezi, ili mrzite svoj posao, ili se svakodnevno prepucavate sa svojim partnerima, gubite energiju - ili moć - po obrascu ponašanja koji dovodi do bolesti ili sprečava izlječenje od neke bolesti. S druge strane, ukoliko ste duhovno uravnoteženi i povlačite energiju iz negativnih uvjerenja, možete se hraniti i hranom za mačke i još uvijek biti zdravi.

Molim vas shvatite kako ja ne preporučujem da jedete nezdravu hranu ili da izbjegavate tjelovježbu - radi se samo o tome da vas ti činitelji **sami po sebi** neće održati zdravima. Niti govorim da će vam predanost da postanete duhovno svjesni **jamčiti** zdravlje. Međutim, ja ću unaprijediti vaš život i vaše vlastito razumijevanje i postaviti okvir za maksimalno izlječenje, bilo ono spontano ili postupno, tjelesno ili duhovno.

Što sam više razumijevala odnos između unutrašnje dinamike i kvalitete zdravlja - i života općenito - osjećala sam se predanijom radu intuitivke. Norm i ja smo nastavili naše istraživanje i 1988. objavili smo u knjizi **Kako stvarati zdravlje (Stillpoint 1988.)** naša otkrića o emocionalnim i psihološkim pitanjima koja prethode stvaranju bolesti.

## Konačno skretanje na cestu

Ubrzo nakon završavanja te knjige, doživjela sam prometnu nesreću u kojoj sam skoro na smrt iskrvarila. Krvarenje iz nosa bilo je strašno obilno. U kolima hitne pomoći, na putu za bolnicu, sjedila sam na nosiljci, krvareći u veliku zdjelu u krilu, budući da bih se počela gušiti čim bih legla na leđa. Iznenada sam osjetila da mi je glava pala prema naprijed i kako sam se isti čas našla izvan kola hitne pomoći, lebdeći iznad autoceste, promatrajući kroz prozor kola svoje tijelo i strahovitu aktivnost spasitelja koji su se borili za moj život.

Iznenada sam osjetila euforiju, potpunu lakoću i vibracijsku živost kao nikada ranije. Shvatila sam da sam izvan svog tijela, možda čak i mrtva. Čekala sam na «tunel» o kojem sam toliko slušala, ali se nijedan nije pojavio. Umjesto toga, osjetila sam da se uzdižem od zemlje. Ušla sam u stanje tako intenzivne mirnoće koje i sada, kada se toga prisjetim, snažno djeluje na mene. Onda sam ugledala Normov lik. Stajao je na pozornici, pripremajući se da održi predavanje, a držao je i primjerak knjige **Kako stvarati zdravlje**. Začula sam ga kako govori: *«Mislio sam da će ovo biti početak našeg zajedničkog rada, ali izgleda da je to, na žalost, kraj.»*

Obuzela me žurna želja da se vratim u tijelo, da započnem s tjelesnim životom i odmah sam osjetila kako žurim prvo prema vlastitom tijelu, a potom i u njega. Poslije tog iskustva, postavila sam si samo jedno pitanje: *«Zašto iz tog stanja nisam vidjela svoju nakladničku tvrtku?»* Tada sam shvatila da ću napustiti tvrtku i slijediti medicinsku intuiciju do kraja svoga života.

Kao profesionalna medicinska intuitivka radila sam s petnaest liječnika iz čitave zemlje uključujući i **dr. Christine Northrup**, ginekologinju, koja je bila jedna od osnivačica Klinike za žene pod nazivom "Žene ženama" u mjestu Yarmouth, u državi Maine, autoricu knjige **Žensko tijelo, ženska mudrost**, (Bantam, 1994.). Chris me je nazvala za procjenu njezinog vlastitog zdravlja u jesen 1990. godine, a poslije naše konzultacije nazivala me je za intuitivne procjene mnogih njezinih pacijentica. Mogućnost da radim zajedno sa Chris i drugim liječnicima ukazao mi je na činjenicu da

postajem zrela kao medicinska intuitivka. To mi je pokazivalo da se moj rad s ljudskim energetskim sustavom može koristiti kao pomoć liječnicima koji pomažu drugima.

Od 1990. do kraja 1992., osim što sam proširila svoju praksu s liječnicima, vodila sam silan broj radionica, kako sama, tako i zajedno s Normom i to u Sjedinjenim Državama, Australiji, Europi, Meksiku i Kanadi. Tijekom tih ranih radionica držala bih predavanja o ljudskom energetskom sustavu, a potom bih provela zdravstvenu intuitivnu procjenu na svakom od polaznika radionice. Ponekad bi to značilo da sam tijekom vikenda obavila i po 120 zdravstvenih procjena. Često puta sam završila radionicu okupana znojem. Na kraju radnog dana bila sam iscrpljena. Poslije dvije godine takvog rada, izgorjela sam.

I kao što mi se uvijek događa, baš kad sam bila na izmaku snaga, otvorila su se nova vrata. U veljači 1992. držala sam radionicu u New Hampshireu. Grupa se upravo vratila s ručka, a ja sam započela poslijepodnevni sastanak tako što sam sjela pokraj jedne žene i upitala je: «Što mogu danas učiniti za Vas?» Pretpostavljala sam da će ona spomenuti neki zdravstveni problem, kao što je to uobičajeno s polaznicima radionice, a ja ću onda započeti i sve će teći uobičajenim tokom, da tako kažem. Umjesto toga, ona je prekrížila ruke preko grudi, pogledala me je kao da je bila umjetnica u izvođenju trikova i rekla mi je: «*Ne znam. To vi kažete meni. Ja sam vama platila.*»

Reći da sam bila bijesna značilo bi kao da kažete da samo malo zahladi tijekom zime na Aljasci. Imala sam želju uhvatiti tu ženu i sprovesti je do vrata pa sam počela ubrzano disati. Udahnula sam duboko i rekla: «*Znate, sjedit ću ovdje pokraj Vas sve dok ne smislim razlog da Vam se zahvalim na ovakvom komentaru. A to će možda potrajati vrlo dugo.*» Atmosfera u radionici je postala napeta. Nitko se nije ni pomaknuo.

A onda me je stresla ideja. Skočila sam sa stolice i objavila: «*Neću više ni za koga obavljati procjene osobnog zdravlja. Umjesto toga, naučit ću vas kako da procjenjujete sebe. Jedino ja radim ovako nešto i ako nastavim istim tempom, neću dugo živjeti. Ako itko želi novac natrag, zatražite ga sada. Inače, uzmite svoje bilježnice, jer ćemo raditi i vi ćete učiti kako promatrati vlastito tijelo na način kako ga ja vidim. Više će vam pomoći ako vas naučim otkriti problem u vašem vlastitom tijelu, nego da to ja činim za vas.*»

Pogledala sam tu sada potresenu ženu i rekla: «*Mislím da ste mi upravo možda spasili život. Zahvalna sam Vam.*» Nitko nije tražio povrat novca i taj dan započela sam podučavati druge «samodijagnozi».

Do jeseni 1992. Norm i ja smo raspravljali o razvijanju programa školovanja znanosti intuicije. Sreli smo se s jednim poduzetnikom iz Nizozemske koji se složio da će financirati prve faze našeg programa za školovanje, pa smo 1993. započeli s intenzivnim radionicama u podučavanju medicinske intuicije, što je na koncu dovelo i do pisanja ove knjige. Podučavanje tog sustava u radionicama dalo mi je privilegiju da čujem životne priče mnogih polaznika, a neke od njih kao slučajevi opisani su u ovoj knjizi. Među njima su pacijenti koji su se izliječili u energetskom smislu, tako što su izbjegli razvoj stvarne tjelesne bolesti, a isto tako i u tjelesnom smislu, jer su doveli do obrata procesa ili izlječenja bolesti koja se već pojavila.

Što se tiče same organizacije ove knjige, pratila sam slijed koji mi se pokazao uspješnim u podučavanju tehničkih vidova medicinske intuicije i intuitivnih zdravstvenih procjena. Poglavlje 1 u Dijelu I uvodi načela medicinske intuicije onako kako sam ih ja upoznala i pruža upute kako ćete ih primijeniti na sebi.

Poglavlje 2 u Dijelu I uvodi komplementarni i, vjerujem, novi model ljudskog energetskog sustava koji se temelji na sintezi triju duhovnih tradicija: hinduskih učenja u vezi čakri, simboličnog značenja sedam kršćanskih sakramenata i mistične interpretacije deset sefirota - ili Drveta života - predstavljenog u Zoharu, a to je najveći tekst Kabale, mističnog učenja judaizma. Sedam čakri, sedam kršćanskih sakramenata, te Drvo života simboliziraju sedam razina ljudskog energetskog sustava i sedam razina ljudskog razvoja, ili sedam bitnih lekcija univerzalne duhovne staze ili herojski put, kako bi to opisao Joseph Campbell.

Poglavlje 2 je u svakom slučaju srce ove knjige, jer predstavlja duhovno-biološki profil ljudskog energetskog sustava.

Poglavlje 2 završava opširnim tumačenjem duhovnih i energetskih zapažanja kojima se sada rukovodim u svom radu. Ta zapažanja će biti osnova za vaše učenje jezika energije i simboličnog viđenja. Ona će vam pomoći da steknete uvid u energetske obrasce tjelesnog i duhovnog zdravlja kako vašeg, tako i vaših voljenih.

U Dijelu II, od prvog do zaključno sedmog poglavlja, predstavljena je anatomija sedam centara moći ljudskoga tijela s osnovnim informacijama i stvarnim životnim slučajevima koji oslikavaju uporabu tih energetskih podataka u vašem duhovnom razvoju.

Zaključak pod naslovom "Vodič za suvremenog mistika" predlaže način primjene simboličnog viđenja u svom osobnom razvoju i zdravlju.

I kao što uvijek kažem svojim studentima na početku svake radionice, **prihvatite samo ono što u svom srcu osjećate da je točno i istinito.**

## DIO I

# NOVI JEZIK DUHA

## POGLAVLJE 1

### **Energetska medicina I intuicija**

Obično razočaram neke ljude kada diskutiram o intuiciji, jer čvrsto vjerujem da intuitivno ili simboličko viđenje nije dar, nego vještina - vještina koja se temelji na vlastitom vrednovanju. Razvijanje te vještine - i zdravog osjećaja o sebi - postaje lakše kada možete razmišljati pomoću riječi, koncepata i načela energetske medicine. Kako budete čitali ovo poglavlje, razmišljajte kako naučiti koristiti intuiciju i kako naučiti tumačiti jezik energije.

### **Ljudsko energetsko polje**

Sve što je živo pulsira energijom, a sva ta energija sadrži informaciju. Nije neobično što liječnici alternativnih ili komplementarnih medicinskih smjerova prihvaćaju tu zamisao, no čak i neki kvantni fizičari prihvaćaju postojanje elektromagnetskog polja koje se stvara biološkim procesima u tijelu. Znanstvenici prihvaćaju da ljudsko tijelo stvara elektricitet, jer živo tkivo stvara energiju.

Vaše tijelo okruženo je energetskim poljem koje se širi onoliko koliko možete raširiti ruke i po čitavoj dužini tijela. Ono je i informacijsko središte i jako osjetljiv opažajni sustav. Kroz taj sustav mi smo stalno «u komunikaciji» sa svime što nas okružuje, a on je vrsta svjesnog elektriciteta koji odašilje poruke prema tijelima drugih ljudi i prima njihove poruke natrag. Te poruke iz energetskog polja i u tom polju su ono što opažaju intuitivci.

Praktičari energetske medicine vjeruju da ljudsko energetsko polje sadrži i odražava energiju svakog pojedinca. Ona nas okružuje i nosi s nama emocionalnu energiju



stvorenu našim unutrašnjim i vanjskim iskustvima - i pozitivnim i negativnim. Ta emocionalna sila utječe na fizičko tkivo u našem tijelu. Na taj način vaša biografija - drugim riječima, iskustva koja čine vaš život - postaju vaša biologija.

Iskustva koja nose emocionalnu energiju u našim energetskim sustavima uključuju: prošle i sadašnje veze, kako osobne, tako i profesionalne; duboka ili traumatska iskustva ili sjećanja; i obrasce vjerovanja i stavove, uključujući sva duhovna i praznovjerna vjerovanja. Emocije iz tih iskustava utiskuju se u naš biološki organizam i pridonose stvaranju našeg staničnog tkiva, koje potom stvara onu kvalitetu energije koja odražava te emocije. Ti energetski utisci stvaraju energetski jezik koji nosi doslovnu i simboličnu informaciju, a koju medicinski intuitivac može iščitati.

Evo primjera jedne vrste poruke koju energetsko polje može prenijeti. Recimo da ste imali neku poteškoću s matematikom kad ste bili u osnovnoj školi. Poznavanje činjenice da dvanaest čini tucet obično ne nosi emocionalni naboj koji bi promijenio zdravlje staničnog tkiva. S druge strane ako vas ponizi učitelj, jer niste znali tu činjenicu, to iskustvo će nositi emocionalni naboj koji će stvoriti stanično oštećenje, naročito ako mozgate o tom sjećanju kao odrastao čovjek ili vam ono služi kao kriterij za određivanje kako ćete se odnositi prema kritiziranju, ili osobama od autoriteta, ili obrazovanju ili neuspjehu. Intuitivac može uhvatiti vjernu sliku vašeg odnosa s učiteljem ili bilo koji drugi negativni simbol povezan s tim iskustvom.

Pozitivne slike i energija pozitivnih iskustava također je sadržana u energetskom polju. Razmislite o trenutku kad vas je netko pohvalio za dobro obavljen posao, ljubazno djelo ili za pomoć koju ste nekome pružili. Osjećate pozitivnu energiju - valove osobne moći u vlastitom tijelu. Pozitivna i negativna iskustva upisuju se u sjećanje u staničnom tkivu kao i u energetskom polju. **Kao neurobiologinja, dr. Candace Pert dokazala je da su neuropeptidi - kemikalije čije otpuštanje uzrokuju emocije - zapravo misli pretvorene u materiju.** Naše emocije doslovce se talože u našem tijelu i u međusobnom su djelovanju s našim stanicama i tkivima. Dr. Pert kaže kako, u stvari, više ne može odvajati duh od tijela, jer su iste vrste stanica koje stvaraju i primaju emocionalnu kemiju u mozgu nazočne u čitavom tijelu. Ponekad tijelo reagira emocionalno i stvara emocionalne kemikalije čak i **prije** nego li mozak registrira problem. Prisjetite se, na primjer, kako tijelo brzo reagira na glasnu buku prije nego što imate vremena i razmisliti o tom problemu.

Kao što je dr. Pert rekla o knjizi **Billa Moyersa Liječenje i um:**

*«Jasno, postoji drugi oblik energije koji mi još ne razumijemo. Na primjer, postoji oblik energije koji se čini da napušta tijelo kada tijelo umire... Vaš um je u svakoj stanici vašeg tijela.»*

*Moyers: «...Vi kažete da su moje emocije uskladištene u mom tijelu?»*

*Pert: «Apsolutno. Zar niste to shvatili?... Postoje mnoge pojave koje ne možemo objasniti bez energije.»*

## Čitanje polja

Osim čitanja specifičnih, dramatičnih iskustava iz djetinjstva, intuitivac može ponekad čak uhvatiti i praznovjerja, osobne navike, obrasce ponašanja, moralna uvjerenja i sklonosti u glazbi i književnosti. Ponekad su pak energetske utisci više simbolični. Na primjer, od jednog pacijenta koji je patio od otežanog disanja, stalno sam dobivala simbolični utisak da je pogođen u srce. Očito, to mu se doslovce nije tako dogodilo, ali prošao je pomna medicinska ispitivanja koja nisu uspjela utvrditi bilo kakav tjelesni uzrok takvog stanja. Kada sam ovaj utisak podijelila s njim, rekao mi je da ga je žena prevarila nekoliko puta s drugim muškarcima, i to što je bio prostrijeljen kroz srce upravo pokazuje kako se osjećao nakon tih njezinih djela. Priznajući te emocije, koje je prije toga pokušavao ignorirati, postao je sposoban usmjeriti se na probleme kako u svom braku tako i u svezi svog zdravlja.

**Naša se emocionalna energija pretvara u biološku materiju putem jako složenog procesa.** Upravo kao što radio postaje djeluju na posebnim energetskim valnim dužinama, svaki je organ i sustav u tijelu podešen da upija i prerađuje posebne emocionalne i psihološke energije. Drugim riječima, svako područje tijela odašilje energiju potanko određene frekvencije, i kada smo zdravi, «u skladu» smo. Područje tijela koje ne odašilje energiju prema svojoj normalnoj frekvenciji ukazuje na mjesto problema. Promjena u intenzitetu frekvencije ukazuje promjenu u naravi i ozbiljnosti bolesti i otkriva stresni obrazac koji je pridonio razvoju bolesti.

Taj način tumačenja energije tijela ponekad se naziva **«vibracijskom medicinom.»** Ona slični najdrevnijim medicinskim praksama i vjerovanjima, od kineske medicine do urođeničkih šamanskih praksi, pa i svakoj narodnoj ili alternativnoj terapiji. Istina je da energetska medicina nije ništa novo. Međutim, vjerujem da je moje tumačenje i korištenje te energije za duhovno iscjeljenje u kombinaciji sa suvremenim medicinskim tretmanima jedinstveno. Ako je osoba sposobna intuitivno osjetiti da gubi energiju zbog

neke stresne situacije i ako potom djeluje na ispravljanju tog gubitka energije, tada je mogućnost da se stres razvije u tjelesnu krizu smanjena, ako ne i potpuno uklonjena.

Premda sam u stanju analizirati jezik energije za vas, tako da možete započeti promatrati i osjećati ljudsko energetsko polje, započeti shvaćati njegovu odgovarajuću duhovnu anatomiju, započeti saznavati izvore vlastite moći i početi razvijati vlastitu intuiciju, teško mi je objasniti točno kako ja osobno dobivam energetsku informaciju. Čini se da i drugi intuitivci imaju istu poteškoću, ali svi mi hvatamo onu informaciju koja daje najsnažniji utisak - koja je najjača. Ti utisci su obično izravno povezani s onim dijelom tijela koje slabi ili obolijeva. Pravilo je da **energetski sustav osobe odašilje samo onu informaciju koja je bitna da bi svjesni um osvijestio neravnotežu ili bolest**. Poput slike «pucnja u srce», simbolična informacija može ponekad zbunjivati. Ali ta je snaga potrebna da bi se poruka tijela mogla probiti kroz uobičajene mentalne i emocionalne obrasce koji su prije svega i doveli do stvaranja bolesti. Medicinska intuicija surađuje s namjerom tijela da unaprijedi vlastito zdravlje i život. Drugim riječima, **naša će energija uvijek tražiti zdravlje unatoč onoga što si možemo tjelesno učiniti. Ukoliko, na primjer, kažemo laž, često će naše energetsko polje prenijeti drugoj osobi «energetsku činjenicu» da ne govorimo istinu. Energija ne laže niti može lagati.**

## Držite se prvog dojma

Kad dobijete intuitivni dojam o sebi ili osobi koju **čitajte**, obratite pažnju na svaku sliku koja se pojavi. Većina ljudi traži sigurne intuitivne opažaje, a ne zdrave uvide, jer obično žele siguran prolaz u budućnost, u nepoznato. Dakle, možete biti u iskušenju da propustite uznemiravajuću sliku koju primete, ili onu koja nije sukladna s vašim vlastitim željama ili željama onih osoba koje **čitajte**. Većina ljudi koja mi dolazi na procjenu već intuitivno osjeća da nešto nije u redu, ali se nada da će tom njihovom osjećaju dati neko drugo značenje, kao npr.: «*Vi samo prolazite kroz prirodnu tjelesnu promjenu, ali ste fizički sasvim zdravi.*» Međutim, važno je ljudima reći istinu, a ne samo ono što oni žele čuti. Ljudima koji traže moju pomoć moram ponovno i ponovno potvrditi negativne utiske. Njihove sposobnosti su točne kao i moje. Ti ljudi **znaju** da su bolesni. Ali kako ja s njima ne dijelim njihov strah, moja intuicija može protumačiti njihove podatke bolje nego oni sami.

Ljudi se moraju suočiti s onim čega se boje. Na primjer, čovjeku «prostrijeljenom kroz srce», na površini se činilo kako je sigurnije izbjegavati suočiti vlastitu ženu preljubicu s njegovim sumnjama u to da ga vara. Umjesto da djeluje prema svojoj intuiciji,

usmjerio je svoju povrijeđenost i srditost «ispod površine», u svoje tijelo, što se na koncu očitovalo u obliku bolova u prsima. Njegovo tijelo i duh su se borili da ga probude i ukažu na potrebu rješavanja problema ženinog varanja, ali kao što to radi većina ljudi, on se nadao da će problem, time što se neće suočiti s njim, sam nestati. Međutim, njegovo tijelo je otkrilo da je prava cijena tog «sigurnog» pristupa bila izazov njegovom zdravlju. Priča tog čovjeka ukazuje koliko su uistinu moćna naša intuitivna opažanja i kako se ona mogu probiti kroz najčvršći način razmišljanja i odvesti nas do ozdravljenja.

Život je povremeno bolan, a duhovno smo stvoreni tako da se suočavamo s bolom koji život donosi. Međutim, u zapadnjačkom svijetu često krivo tumačimo Božji plan za nas i očekujemo da život bude ugodan i bez poteškoća. U vlastitom životu mjerimo Božju nazočnost razinom vlastite udobnosti. Vjerujemo da je Bog ovdje, ako su nam molitve uslišane. Ali niti Bog niti Buddha, niti bilo koji drugi duhovni vođa ili tradicija ne jamče ili ne podupiru život bez boli. Duhovna učenja nas ohrabruju da rastemo uz ili kroz bolna iskustva, a svako od njih je duhovna pouka. Razvijanje intuitivne sposobnosti pomoći će nam da naučimo pouke ugrađene u naša iskustva.

## Neka vam stanje uma bude promišljajuće

Ne postoji neka jedinstvena formula uz pomoć koje možete razviti svoju intuiciju. Neki ljudi je razvijaju putem meditacije ili je ona rezultat ovladavanja određenim talentom ili sportom. Često slušam da ljudi kažu kako je intuitivna sposobnost rezultat duhovnog načina života, ali to nije točno. **Intuitivna sposobnost je prisutna u svakome, jer je ona vještina za preživljavanje, a ne duhovna namjera. Ali, održavanje promišljajućeg ili meditativnog stava olakšava primanje intuitivnih opažaja.** Objektivnost će vam pomoći protumačiti utiske koje primete i ukazati na njihov duhovni okvir.

## Objektivnost je ključ

Iskustvo me podučilo razlikovati osobne i neosobne utiske. Moj pokazatelj točnog intuitivskog opažanja je **pomanjkanje** emocija. Za mene, jasan utisak **nema** nikakve emocionalne energije povezane s njom. Osjetim li emocionalnu vezanost za utisak, tada smatram da je taj utisak nečist. Međutim, osoba koju **čitajte** često će osjetiti određen emocionalni naboj od utiska kojeg vi primete.

Meni utisci nisu niti slušni niti vizualni. Prije bi se reklo da su oni poput brzih mentalnih slika koje sadrže vrlo suptilnu električnu struju. Dok promatram nečije tijelo, usredotočujem se na svaki energetski centar i čekam na sliku. Nakon otprilike pet sekundi proces slikovitog prikazivanja započinje i odvija se sve dok ne prestane sam od sebe. Trajanje se mijenja od osobe do osobe. Čitanje nekih ljudi zahtijeva gotovo sat vremena, dok je za druge dovoljno manje od deset minuta.

Svako malo srećem neku osobu kojoj ne mogu čitati ili pomoći. Mogu samo nagađati zašto je to tako. Nekoliko puta imala sam osjećaj da ništa što bih rekla ne bi imalo smisla za nju, a drugi put sam pak imala utisak da osoba zahtijeva samo vrlo poseban tip odgovora koji ja ne mogu odrediti, kao na primjer, zašto je njihov brak propao. Isto tako, nisam od koristi bilo kome ako sam iscrpljena ili ako mi je nešto snažno osobno na pameti.

Dok učite čitati ljudski energetski sustav, prvi korak je naučiti načela prakse, a potom stjecati i praktično iskustvo. Ova knjiga iznosi teorijske zamisli i neke korisne savjete za istraživanje vaših vlastitih intuitivnih sposobnosti. Ali, tijekom razvijanja i iskušavanja te vještine u vlastitom životu, **morate** imati povjerenja u svoj instinkt - to je činjenica koju ne mogu dovoljno naglasiti.

## Prvo načelo:

### Biografija postaje biologija

Prema energetskoj medicini, svi smo mi žive povijesne knjige. Naša tijela sadrže našu povijest - svako poglavlje i redak svakog događaja i veze u našem životu. Kako se naši životi razotkrivaju, naše biološko zdravlje postaje živući, dišući biografski iskaz koji prenosi našu snagu, slabosti, nade i strahove.

Svaka misao koju pomislite prolazi kroz vaš biološki organizam i aktivira fiziološku reakciju. Neke misli su poput dubinskih signala i uzrokuju reakciju kroz čitavo tijelo. Strah, na primjer, aktivira svaki sustav vašeg tijela: želudac vam se skuplja, broj otkucaja srca se povećava, a možete se i skroz preznojiti. Misao puna ljubavi može opustiti čitavo vaše tijelo. Neke misli su suptilnije, a neke opet nesvjesne. Mnoge su beznačajne i prođu kroz tijelo poput vjetra na ekranu ne zahtijevajući svjesnu pažnju i

njihov utjecaj na zdravlje je minimalan. Ipak svaka svjesna misao - i mnoge nesvjesne - zaista stvaraju fiziološku reakciju. Sve naše misli, neovisno o njihovom sadržaju, prvo ulaze u naš organizam kao energija. One koje nose emocionalnu, mentalnu, psihološku ili duhovnu energiju stvaraju biološke reakcije koje se potom skladište u našoj staničnoj memoriji. Na taj se način naše biografije postupno, polako, svaki dan utkivaju u naš biološki organizam.

Priča o mladom Normanovom pacijentu dobar je primjer kako taj proces djeluje. Norm me je nazvao da obavim telefonsko savjetovanje za tog pacijenta, inače zubara, koji se općenito nije osjećao dobro i bivao je sve iscrpljeniji. Osjećao je akutnu bol na desnoj strani abdomena, a bio je i jako depresivan. Stalna i sve veća iscrpljenost koja smanjuje oštrinu mentalne i emocionalne jasnoće je energetski simptom koji ukazuje da nešto u tijelu nije kako treba. Većina ljudi to ne smatra nekim simptomom, jer iscrpljenost zapravo ne boli. Ali kada se iscrpljenost nastavlja, čak i onda kada pacijent više spava, tijelo pokušava reći da je osoba "energetski bolesna". Reagiranje na tu poruku na energetskoj razini često može spriječiti razvoj bolesti.

Depresija je još jedan simptom koji ukazuje da nešto nije u redu. U svijetu medicine depresija se općenito smatra emocionalnim i duševnim poremećajem. No, duža depresija često prethodi razvoju tjelesne bolesti. **U energetskom smislu, depresija je doslovce otpuštanje energije - ili životne sile; ako hoćete - i to nesvjesno.** Kada bi energija bila novac, depresija bi bila kao otvaranje novčanika uz objavu: *«Svejedno mi je tko uzima moj novac i na što ga troši.»* Duža depresija neizbježno stvara kroničnu iscrpljenost. Ako vas nije briga tko troši vaš novac i koliko, neizbježno ćete završiti u bankrotu. Isto tako, bez energije ne možete podupirati svoje zdravlje.

Pošto je Norm pregledao pacijenta zubara, imao je osjećaj da se u tom čovjeku razvija bolest. Zbog toga što je pacijent osjećao bol u abdomenu, Norm je tražio da se provedu testovi na rak pankreasa, ali nalazi su bili negativni. Tada me je nazvao tražeći savjetovanje. Prema našem običaju, dao mi je samo pacijentovo ime i dob i nije ništa rekao o boli niti o vlastitim sumnjama. U svojoj procjeni vidjela sam kako desna strana pacijentovog tijela, oko pankreasa, stvara toksičnu energiju. Rekla sam Normu da je taj čovjek opterećen golemim osjećajem odgovornosti i da je to postao stalan izvor tjeskobe za njega. On je snažno osjećao da nije sposoban živjeti onako kako je to želio i stalno je razmišljao o tom osjećaju dok posve nije isključio sve druge emocije. (Jasno je da svi mi imamo negativne osjećaje, ali svaka negativnost ne stvara ozbiljnu tjelesnu bolest. Da bi dovela do stvaranja bolesti, negativnost mora biti prevladavajući osjećaj, kao što je to bio slučaj kod ovog pacijenta.)

Kada sam podijelila ovu procjenu s Normom, rekla sam mu da pacijent ima rak pankreasa. Norm je potvrdio da je i sam posumnjao na tu bolest, ali da su se svi nalazi vratili «čisti». Pozdravio me je i vratio se pacijentu. Preporučio je zubaru da procijeni koliko ga služi njegov životni posao. Više je nego vjerojatno, rekao je Norm, da će morati poduzeti neke promjene ukoliko želi postići ono što želi. Pacijent je priznao kako je želio napustiti zubarstvo, ali je osjećao da ne može početi nešto drugo zbog utjecaja koju bi ta odluka proizvela na druge koji ovise o njemu. Norm mu nije rekao da ima energetska vibraciju raka pankreasa, ali je razgovarao s njim o njegovim frustracijama u karijeri i pokušao mu je pomoći da ukloni taj negativan stav. Na nesreću, taj čovjek nije bio sposoban djelovati prema Normovom savjetu. On se odredio prema odgovornosti kao prisili da se brine za druge do te mjere da je isključio sebe i nije mogao nanovo osmisliti svoj život koji bi uključivao i skrb o njemu samome, kao i njegovo vlastito zadovoljstvo.

Dva tjedna kasnije, liječnik primarne zaštite ovog mladog pacijenta ponovio je testove na rak pankreasa. Ovaj put, nalazi su bili pozitivni. Čovjeka su odmah operirali, ali je umro četiri mjeseca nakon operacije.

**Ponekad je potreban koncentrirani napor za pomak u vašem umu kojim ćete si dozvoliti izlječenje.** Mada taj zubar nije mogao prihvatiti kako njegova profesionalna tuga i osjećaj da je u zamci mijenjaju kemiju njegovog tijela, drugima je bilo lakše prepoznati te obrasce u njemu. **Prihvatajući zamisao da svaki dio vašeg života - od tjelesne povijesti pa do vašeg odnosa prema svakom stavu, mišljenju i uvjerenju koje nosite u sebi - djeluje na vaš biološki sklop, ipak je samo dio procesa izlječenja. Vi morate to prihvatiti kako biste se mogli pomaknuti s mentalne razine na tjelesnu razinu, u svoje tijelo, i osjetiti istinu u utrobi i stanicama i potpuno u nju povjerovati.**

Vrlo je lako naučiti nešto novo i primijeniti to znanje onako usput. Ideja da biografija postaje biologija podrazumijeva da do određenog stupnja sudjelujemo u stvaranju bolesti. Ali - a to je bitna stvar - ne smijemo zlorabiti tu istinu optužujući sebe ili bilo kojeg pacijenta zato što se razbolio. Ljudi rijetko svjesno odabiru biti bolesni. Bolje reći, **bolest se razvija kao posljedica obrazaca ponašanja i stavova za koje ne shvaćamo da su biološki otrovni sve dok se oni ne pokažu takvima.** Samo onda kada nas bolest prisili da ponovno ispitamo svoje stavove, počinjemo shvaćati da su naši stavovi puni straha i ogorčenja koje nosimo iz dana u dan, u stvari biološki negativne tvari.

Ponovno, svi imamo negativne osjećaje, ali svaka negativnost ne dovodi do bolesti. **Da bi stvorile bolest, negativne emocije moraju biti dominantne, a ono što ubrzava proces nije spoznaja da je negativna misao otrovna, nego dozvola da ona svejednako buja u vašoj svijesti.** Na primjer, možda znate da trebate nekome oprostiti, pa ipak odlučujete da ostanete srditi, jer vam to daje veću moć. Zbog toga što ostajete i dalje opsesivno srditi, dolazi do razvoja bolesti, jer je energetska posljedica negativne opsesije nemoć. Energija je moć, snaga, a odašiljanje energije u prošlost razmišljanjem o bolnim događajima crpi moć iz vašeg sadašnjeg tijela i može dovesti do bolesti.

Moć je bitna za ozdravljenje i održavanje zdravlja. Stavovi koji stvaraju osjećaj nemoći ne samo da dovode do slabog vrednovanja vlastite osobe, nego iscrpljuju energiju fizičkog tijela i slabe opće zdravlje. Zato ćemo kao sljedeće načelo istražiti osnovno značenje moći za zdravlje.

## Drugo načelo:

### Osobna moć je potrebna za zdravlje

Jednog dana nazvao me je Norm da napravim procjenu žene koja je patila od depresije i kronične boli u vratu i križima. Norm me je pitao osjećam li da bi joj možda koristili neki elektromagnetski tretmani. Rekla sam: «Apsolutno ne. Ona nema dovoljno moći u sebi da bi imala koristi od takvih tretmana.»

Bilo je to prvi puta da sam komentirala moć osobe glede liječenja. Norm me je zamolio da mu malo detaljnije to objasnim i tek tada sam shvatila što sam upravo izrekla. Iznenada sam imala potpuno drukčiji osjećaj ljudskog energetskog sustava kao izraza osobne moći.

Objasnila sam Normu da su stavovi te žene uzrokovali da ona u životu izgubi moć. Osjećala se manjkavom, stalno je tražila odobravanje i strašno se bojala ostati sama. Njezino vrednovanje vlastite osobe temeljilo se na sposobnosti da nadzire druge, uglavnom svoju djecu. Njezini strahovi i manjkavosti bili su poput crne rupe, magnetski su privlačili sve prema sebi, a naročito njezinu djecu, da bi ih na koncu smlavila. Ona je stalno kritizirala svoju djecu u pokušaju da ih održi ovisnom o sebi, budući da je slaboj



djeci uvijek teško napustiti obiteljsko gnijezdo. Pronalazila je greške u svakom njihovom uspjehu, povezanim bilo sa školom bilo sa sportom, jer nije mogla riskirati da ih osnaži pružajući im emocionalnu podršku. Budući da nadziranje drugih zahtijeva golemo trošenje energije, a kako ona zapravo nikada nije osjećala da drži stvari pod kontrolom, bila je stalno iscrpljena. Njezina kronična bol bila je također rezultat nesposobnosti da nadzire druge. Kad je došla u Normovu ordinaciju izgledala je poraženom.

Ta žena se nije mogla suočiti s neizbježnošću odlaska svoje djece od kuće, pa ipak je to poricala govoreći da je uvijek radila sve u najboljem interesu svoje djece. Po njezinom mišljenju, ona je majka koja je pružila oslonac svojoj djeci, jer je za njih osigurala čisti dom, zdravu hranu i pristojnu odjeću. Zapravo, ona se sustavno trudila potkopati njihov emocionalan razvoj, a to je činjenica koju nije htjela priznati.

Budući da joj tretmani konvencionalne medicine nisu pomogli, Norm je razmišljao o alternativnom pristupu koji uključuje psihoterapiju, kranijalnu stimulaciju uz pomoć električne naprave, zatim terapije bojama i svjetlom. Kad bi koristila te tehnike, shvatila sam da bi od njih mogla imati koristi tjedan dana ili možda mjesec dana, ali da je one ne bi u potpunosti izliječile, sve dok se ne bi odrekla svoje patološke borbe za nadziranjem.

Tog poslijepodneva sam uvidjela **da bi neka alternativna terapija uspjela, pacijent mora imati unutrašnju zamisao o moći - sposobnost da stvori unutrašnju energiju i emocionalne izvore, kao što je uvjerenje u vlastitu samodostatnost.** Ta je žena imala samo **vanjsku** zamisao o moći koju je crpila iz vanjskog izvora - svoje djece. Ta pacijentica bi svakako mogla ići i na psihoterapeutske seanse. Ali sve dok se ne bi suočila s istinom o sebi, ona bi svaki tjedan po sat vremena samo nabrajala svoje tegobe. Stvarno ozdravljenje se ne bi dogodilo. Kao što je **M. Scott Peck** istaknuo u **knjigama Ljudi laži i Put kojim se rjeđe putuje, spoznaja i priznavanje istine o nama samima, o našoj ulozi u stvaranju vlastitih problema i o našem odnosu prema drugima vitalna je za iscjeljenje.**

Procjenjivanje ove žene dalo mi je uvid u ulogu moći u našim životima i energetskim sustavima. Moć je u korijenu ljudskog iskustva. Naši stavovi i obrasci uvjerenja, bez obzira bili oni pozitivni ili negativni, produžeci su onoga kako mi definiramo, koristimo ili ne koristimo moć. Nitko od nas nije slobodan od pitanja moći. Možda se pokušavamo boriti s osjećajima manjkavosti ili bespomoćnosti, ili nastojimo održati nadzor nad ljudima ili situacijama za koje vjerujemo da nam daju moć, ili možda pokušavamo održati osjećaj sigurnosti (istoznačnicu za moć) u osobnim odnosima. Mnogi ljudi koji izgube nešto što im predstavlja moć - novac, ili posao, ili igru - ili oni koji izgube nekoga

kome su nametnuli takav osjećaj o sebi ili svoju moć - supružnika ili ljubavnika, roditelja ili djetete - razbole se. **Naš odnos prema moći je srž našega zdravlja.**

Razmotrite prvo načelo - da biografija postaje biologija - zajedno s ovim drugim načelom - da je osobna moć nužna za naše zdravlje. Moć posreduje između unutrašnjeg i vanjskog svijeta, a čineći to, komunicira jezikom mita i simbola. Razmotrite, na primjer, najuobičajeniji simbol moći - novac. Kada osoba pretvori novac u unutrašnji simbol moći, stjecanje i kontrola postaju simbolični za zdravlje te osobe. Kada ona stječe novac, njezin biološki sustav prima signale da moć ulazi u njezino tijelo. Njezin um odašilje nesvjesnu poruku: *«Imam novac. Zbog toga sam zaštićena, sigurna. Imam moć i sve je u redu.»* Ta pozitivna poruka odaslana u biološki organizam stvara zdravlje.

Naravno, velika zarada ne jamči zdravlje, ali ne može se poreći da siromaštvo, bespomoćnost i bolest nisu povezani. Kada imate poteškoća u zarađivanju novca ili iznenada izgubite novac, vaš biološki sustav može oslabiti. Sjećam se jednog čovjeka koji je sredinom osamdesetih djelovao kao da ga je dotaknuo kralj Mida. Njegova tvrtka je bila sve uspješnija, a on je imao energije za desetericu ljudi. Radio je do kasnih večernjih sati, vodio intenzivan društveni život do ranih jutarnjih sati, a potom se pojavljivao na poslu prije svih ostalih, uvijek budan, veseo i sjajan u svemu. Onda je u listopadu 1987. tržište dionica doživjelo slom - i njegova tvrtka je propala zajedno s njim. U roku od nekoliko mjeseci zdravlje mu se pogoršalo. Počeo je patiti od migrena, zatim bolova u donjem dijelu križa, da bi na koncu obolio od prilično ozbiljnog crijevnog poremećaja. Više nije mogao podnijeti da radi dokasna niti svoj noćni društveni život, pa se povukao iz svih aktivnosti osim one vezane za upravljanje preživljavanja svog financijskog carstva.

Taj čovjek nije bio svjestan da je «podesio» svoje zdravlje prema stjecanju novca. Kada se razbolio, odmah je uočio tu vezu. Shvatio je da je za njega novac predstavljao slobodu i mogućnost da vodi stil života o kojem je sanjao. Kada je izgubio svoje bogatstvo, izgubio je svoju moć i samo u nekoliko tjedana i njegovo zdravlje je bilo narušeno. Svakako, stres vezan za oporavak poslovanja svakoga bi oslabio, ali taj je čovjek bio pod stresom u istoj onoj mjeri kao i u vrijeme kada mu je tvrtka bila u usponu, s tim da mu je taj stres pružio moć.

Svatko od nas ima brojne simbole moći, a svaki takav simbol ima svoj biološki duplikat. Zubaru s rakom pankreasa simbol moći bio je - njegov posao. Ali kako je počeo prezirati svoj posao, svakim danom gubio je moć. To otjecanje snage stvorilo je biološku reakciju koja se nastavila sve dok se nije pojavila fatalna bolest.

Život nam se vrti oko simbola moći: novca, autoriteta, titula, ljepote, sigurnosti. Ljudi koji nam ispunjavaju život, te odabiri koje činimo svakoga trenutka, izrazi su simbola naše osobne moći. Često oklijevamo izazvati osobu za koju držimo da ima veću moć nego mi sami i često se slažemo s njom, jer vjerujemo kako nemamo moći oduprijeti se. U bezbrojnim situacijama i vezama, osnovna pokretna sila na djelu je pregovaranje moći: tko je ima i kako možemo održati svoj udio moći.

Učiti simbolični jezik energije znači učiti procjenjivati dinamizam moći u sebi i u drugima. Energetska informacija je uvijek istinita. Premda se neka osoba može javno na riječima složiti s nečim, njegova energija će reći kako se on uistinu osjeća, a njegovi stvarni osjećaji naći će svoj put u nekom simboličnom iskazu. Naša biološka i duhovna tijela uvijek nastoje izraziti istinu i ona će uvijek naći načina da to i učine.

Trebate osvijestiti što je to što vama daje moć. Liječenje bilo koje bolesti je lakše ako utvrdite svoje simbole moći i svoju simboličku i tjelesnu vezanost za te simbole, te vodite računa o svakoj poruci svoga tijela i intuitivnim osjećajima koje vam oni šalju o njima.

## Treće načelo:

### Jedino vi možete sami sebi pomoći da se iscijelite

Energetska medicina je cjelovita filozofija koja uči: *«Ja sam odgovoran za stvaranje svoga zdravlja. Zbog toga sam sudjelovao do neke mjere i u stvaranju ove bolesti. Mogu sudjelovati i u iscjeljivanju ove bolesti iscjeljujući sebe, što znači istodobno iscjeljivati svoje emocionalno, psihološko, tjelesno i duhovno biće.»*

Iscjeljivanje i liječenje nisu isto. «Izlječenje» se događa kada čovjek uspješno kontrolira ili umanjuje tjelesni razvoj neke bolesti. Međutim, izlječenje neke tjelesne bolesti ne znači nužno da su emocionalni i psihološki stresovi, koji su bili sastavni dio te bolesti, umanjeni. U ovom slučaju, velika je vjerojatnost, a često i mogućnost, da se ta bolest ponovi.

Proces liječenja je pasivan. To znači da je pacijent sklon prepustiti se liječniku i propisanom tretmanu umjesto da aktivno izazove bolest i povрати zdravlje. **Iscjeljivanje je, s druge strane, aktivan proces koji uključuje istraživanje vlastitih stavova, sjećanja i uvjerenja sa željom da se oslobodi svih negativnih obrazaca koji bi sprječavali njegov potpun emocionalni i duhovni oporavak. Taj unutrašnji pogled unatrag neizbježno dovodi do toga da čovjek istraži svoje vanjske okolnosti u naporu da iznova stvori život na način koji služi aktiviranju volje - volje da vidi i prihvati istinu o svom životu i kako je koristio svoju energiju, te volje da počne rabiti energiju za stvaranje ljubavi, samopoštovanja i zdravlja.**

Jezik konvencionalne medicine zvuči više vojnički nego jezik energetske medicine: «Pacijenta je napao virus», ili «Tvar je zatrovala stanično tkivo, što je dovelo do malignosti.» Konvencionalna medicinska filozofija smatra pacijenta nevinom i bespomoćnom žrtvom, koja je doživjela neizazvan napad.

U tretmanu konvencionalne medicine pacijent slijedi program koji mu je propisao liječnik, tako da odgovornost iscjeljenja leži na doktoru. Surađuje li pacijent sa svojim zdravstvenim skrbnikom, to se zasigurno primjećuje tijekom takvog tretmana, ali u čitavom tom procesu njegov stav se smatra nevažnim - lijekovi i kirurški zahvati će obaviti većinu posla. Nasuprot tomu, u holističkim terapijama pacijentova spremnost da potpuno sudjeluje u tijeku svog vlastitog iscjeljivanja nužna je da bi se postigao uspjeh.

Holistička i konvencionalna medicina zauzimaju dva različita stava prema moći: aktivan i pasivan. Kemijski tretmani konvencionalne medicine ne zahtijevaju svjesno sudjelovanje pacijenta, ali holistička tehnika, poput vizualizacije, pojačava se aktivnim sudjelovanjem pacijenta. Ostvaruje se energetska veza između svijesti pacijenta i iscjeliteljske mogućnosti terapije, a ponekad i terapeuta. Kada je osoba pasivna - sa stavom «samo to obavite za mene» - on se u potpunosti ne izliječi. On se može oporaviti, ali se možda nikada neće suočiti u potpunosti s izvorom svoje bolesti.

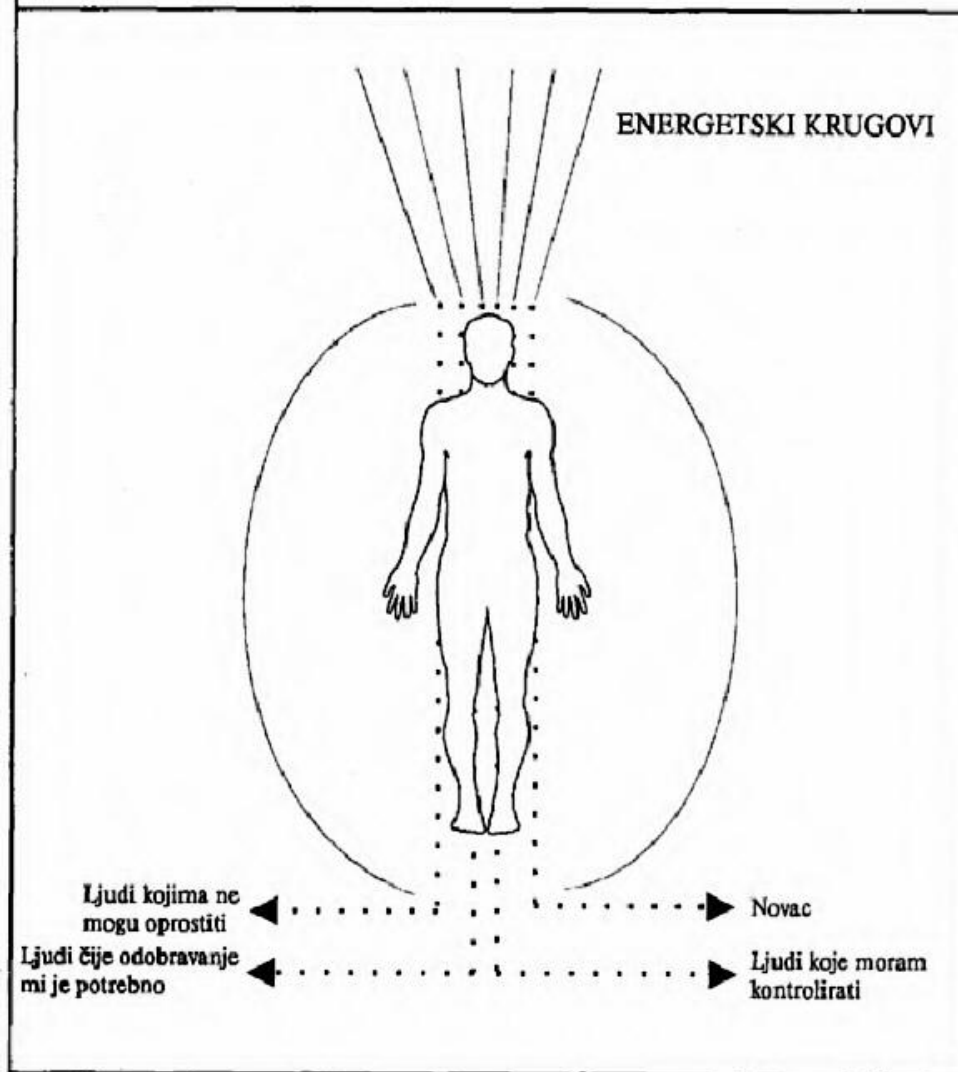
## Skupljači

Majka s depresijom i kroničnom boli u vratu i križima primjer je osobe koja ima samo pasivnu moć. Takva vrsta ovisne osobe osjeća da mora crpiti moć iz svoje vanjske okoline, iz nekog ili kroz nekog drugog. Ona svjesno ili nesvjesno razmišlja: «*Sama nisam ništa.*» Takva osoba traži stjecanje moći kroz novac, društveni status, političku,

društvenu, vojnu ili religioznu vlast ili veze s utjecajnim ljudima. Ona izravno ne izražava svoje potrebe, ali je vješta u podnošenju ili manipuliranju nezadovoljavajućih situacija.

U ljudskom energetsom sustavu o pojedinačnim međudjelovanjima s okolinom možemo simbolično razmišljati u vidu energetskih krugova. Ti krugovi prolaze kroz naše tijelo i povezuju nas s vanjskim predmetima i drugim ljudima. Nas privlače predmeti moći ili ljudi, ili «mete moći» kako bismo usisavali njihovu moć u svoj sustav. Međutim, kada se povežemo s metama moći, one donekle crpe energiju iz našeg vlastitog polja.

**SLIKA 1: ENERGETSKI KRUGOVI PROLAZE KROZ TIJELO OSOBE I VEZUJU SE ZA CILJ MOĆI**



U početku sam mislila da su ti energetski krugovi simbolični, ali došla sam do uvjerenja da su oni stvarni putovi energije. Tako često čujem ljude kako komentiraju da se osjećaju «zakačeni» za neku osobu ili iskustvo iz prošlosti. Neki ljudi pak primjećuju da su iscrpljeni pošto su bili zajedno s nekom osobom ili u nekoj određenoj sredini. Kada ljudi kažu da su «zakačeni» za nekoga ili nešto na negativan način, ili da se previše poistovjećuju s nekim predmetom ili nečim što posjeduju, oni nesvjesno

provode intuitivnu dijagnozu - oni prepoznaju kako gube moć. Takve ljude nazivam **skupljačima**.

Najekstremniji tip skupljača je ovisnik. Neovisno o tipu ovisnosti - radi li se o drogama, alkoholu ili potrebi da kontrolira druge - njihovi energetske krugovi su tako temeljito povezani za metu, tako da više ne koriste svoju sposobnost rasuđivanja. Slučaj koji tragično oslikava energetske posljedice ovisnosti privukao mi je pažnju tijekom radionice u Danskoj za ljude koji su bili ili HIV pozitivni ili su oboljeli od AIDS-a. Među njima je bila i jedna žena koja se zvala Anna, a koja je postala HIV pozitivna kao posljedica njezine profesije - prostitucije. Anna je imala ponašanje djevojčice i bila je izuzetno sitna i lijepo građena. No, šepala je, jer joj je prije četiri tjedna jedan od njezinih «klijenata» slomio rebra.

U određenom trenutku tijekom radionice raspravljala sam o tome što osoba treba učiniti da bi izliječila ozbiljnu bolest. Spomenula sam kako ovisnosti kao što su pušenje, droge i alkohol slabe proces ozdravljenja. Tijekom pauze Anna mi je pristupila i rekla: «*Ali, Caroline, koliko bi škodilo ako bi čovjek popušio samo dvije cigarete na dan?*» Dok sam je promatrala, shvatila sam da kada bih držala lijek za AIDS u lijevoj ruci, a cigaretu u desnoj i rekla joj: «*Odaberi koju želiš*», njezin um bi odabrao lijek za AIDS, ali njezini energetske krugovi bi izravno krenuli prema cigareti.

Ne mogu dovoljno naglasiti važnost ovog gledišta: **mete za koje skupljači vezuju svoje energetske krugove su ljudi ili predmeti kojima oni predaju svoju moć - posebno moć kontrole nad njima**. Annina ovisnost o pušenju imala je više vlasti nad njom nego želja za izlječenjem. Nenaviknuta da donosi punomoćne odluke za sebe, bila je vezana za obrazac prepuštanja svoje energije u ruke drugih - najčešće njezinog svodnika i cigareta, meta moći koje su je nadzirale u potpunosti. Izlječenje je bilo izvan njezinog dosega, jer je njezina moć bila **izvan** granica njezinog fizičkog tijela.

**Naš um se ne može lako nadmetati s našim emocionalnim potrebama**. Anna je jako dobro znala da su i njezino zanimanje i ovisnost o duhanu rizični po njezino zdravlje. Ali ona je još uvijek emocionalno čeznula za duhanom, jer je vjerovala da je cigareta opušta i ostala je i dalje vezana za svog svodnika, jer je vjerovala kako se on brine za nju. Annin um je racionalizirao svoju emocionalnu vezanost, pa je pokušavala pregovarati u vezi svog procesa izlječenja, predlažući kako dvije cigarete dnevno nikako ne bi štetele njezinom zdravlju. Nemoćna da se iščupa iz ovisnosti, Anna nije bila sposobna iznova steći moć za iscjeljenjem.

**Nije um taj, već su naše emocije te koje nadziru našu vezanost za mete moći.** Poznata izreka: «Srce ima razloge o kojima um ništa ne zna», savršeno oslikava tu pokretačku silu. Skupljači otkrivaju kako im je krajnje teško koristiti intuiciju. Njihovo samopoštovanje tako je vezano za misao o vlastitoj meti moći da oni automatski negiraju svaku informaciju koju im vlastita intuicija šalje. Jasna intuicija zahtijeva sposobnost poštivanja vlastitih utisaka. Ukoliko vam je potrebna druga osoba za procjenu vaših utisaka, dolazite u veliki sukob s vlastitom intuitivnom sposobnošću.

Budući da nema pogađanja u vezi iscjeljenja, skupljačima je to teži izazov nego ljudima koji imaju osjećaj aktivne moći. **Iscjeljenje je iznad svega solistički zadatak. Nitko se ne može izliječiti u ime druge osobe. Mi možemo pomagati drugima, to je sigurno, ali nitko ne može, na primjer, oprostiti nekome u ime druge osobe. Niti itko od nas može osloboditi nekoga bolnih sjećanja ili iskustava, koje ta osoba treba otpustiti da bi se izliječila.** Budući da je u samoj naravi pasivne moći «moć kroz vezanosti», potrebno je da ona poteče u suprotnom smjeru od cjelokupne biologije skupljača, kako bi se oslobodila ili povukla od meta koje crpe njegovu energiju. **Skupljači su gotovo programirani za konvencionalne medicinske tretmane.** To nije uvijek negativno. **Konvencionalan tretman je najprikladniji tretman liječenja sve dok je osoba pasivna.**

## **Preusmjeravanje moći**

Većina ljudi koja pohađa moje radionice dolaze zato jer shvaća da im je potrebna promjena u životu. Neki se boje ostaviti svog partnera ili posao, dok drugi pokušavaju iznaći način kako živjeti sa situacijom koja ne odgovara njihovim emocionalnim potrebama. Bezbroj puta su mi ljudi rekli: «Mislim da mi je bilo bolje dok nisam znao koliko sam nesretan.»

Međutim, jednom kada osvijestimo svoje emocionalne potrebe, nemoguće ih je zaboraviti. Onda kada postanemo svjesni izvora bilo koje nesreće, to ne možemo izbrisati iz svoje svijesti. Sposobnost odabiranja je aktivna moć - a osjećaj da imamo aktivnu moć je uzbudljiv i prijeteći, jer nas on navodi da **želimo** promjenu onih dijelova našeg života koji nisu više prikladni. A promjena tih dijelova nadahnjuje nas da izazovemo i druge vidove života koji nas ne zadovoljavaju.

Promjena života je često teška zbog postojeće odanosti. Odanost obično učimo u okviru obiteljske strukture i to kao povezanost s obitelji. Odanost prema sebi samima je



pak potpuno drukčija vrlina i prijanjanje uz nju može prouzročiti golem nemir u obitelji. **Kad neka žena postane odana samoj sebi, na primjer, to može biti uzrokom da shvati kako više ne može ostati u braku. Kada podijeli tu informaciju sa svojim mužem, bit će joj rečeno: «Razmisli o djeci.» Njezin slučaj je krajnje uobičajen primjer kada je skupna odanost u sukobu s odanošću prema sebi. Sve dok živimo u nezadovoljavajućoj situaciji, možda ćemo za trenutak pokušati poštovati zahtjeve skupne odanosti i možda ćemo izbjegavati razmišljati o svojim osobnim emocionalnim potrebama. Međutim, u određenom trenutku naše emocionalno tijelo postaje dovoljno «opunomoćeno», tako da naš um više ne može varati srce. Nesretna žena će ili završiti u stalnom osobnom nemiru ostajući u braku, ili će zahtijevati razvod ispunjena krivnjom što nije bila odana skupini - svojoj obitelji. Istina je da ne postoji puno načina da uspješno uvedete svoje osobne potrebe u situaciju koja je stvorena prije nego li ste uopće osvijestili što su vaše osobne potrebe.**

Julie je pohađala jednu od mojih radionica jer je oboljela od raka jajnika i dojke. Brak joj nije bio dobar i to je tako trajalo već nekoliko godina. Željela se izliječiti od raka, ali je živjela s muškarcem koji se prema njoj odnosio s potpunim prezirom, a to je bio obrazac koji se pojavio dvije godine nakon vjenčanja. Često joj je govorio kako mu se gadi i sam pogled na nju, unatoč činjenice što je bila izuzetno privlačna žena. Da bi stekla njegovu naklonost, stalno se izgladnjivala i provodila tjelovježbu. Sebe je opisala kao majstoricu za manipuliranje koje je koristila da bi se održala u braku, premda je njezine manipulacije nisu odvele tamo kamo je željela. Kada je htjela pažnju svoga muža, izmislila bi zanimljive priče o ljudima za koje je rekla da ih je sreća dok je bila u kupovini. Jednom ga je nazvala u ured s izmišljenom pričom da ju je neki muškarac pokušao silovati dok je trčala. No, kakvu god priču da je izmislila, izgleda da ništa nije palilo. On nije pokazivao ni zabrinutost niti poštovanje.

Novac je bio još jedan problem između njih. Premda je Juliein muž imao vrlo visoka primanja, davao joj je oskudnu svotu, zahtijevajući račun za sve potrošeno. Unatoč tom poniženju, Julie nikada nije razmišljala da se zaposli i dodatno zaradi za sebe, jer je vjerovala da nema marketinških sposobnosti.

Sa seksualnom aktivnošću prestali su dvije godine nakon vjenčanja. Julien napor da održi taj vid braka živim uzrokovao je daljnje poniženje. Kada joj je dijagnosticiran rak, njezin muž je odbio spavati u istom krevetu s njom. Njezina reakcija na to odbacivanje bila je ta da je odlučila spavati na podu kod ulaza u spavaću sobu. Svakog jutra, on bi doslovce prekoračio preko nje na putu za kupaonicu, povremeno pljunuvši na nju kada bi ga ona pogledala i zatražila pomoć.

Kada sam je zapitala zašto ga nije ostavila, Julie je odgovorila da nikada nije bila sposobna brinuti se o sebi niti emocionalno niti financijski, te da sada, više nego ikada ranije, treba nekoga tko će se brinuti o njoj. Ironično, kad god bi spomenula muža, neka vrst struje kao da je prošla njezinim licem; skoro kao da je bila opčinjena i ona bi govorila o njemu kao iskreno brižnom čovjeku koji je jednostavno pod velikim pritiskom svoga posla. Dodala je kako je on stvarno voli, ali da mu je teško pokazati svoje osjećaje.

Kada sam sugerirala Julie da ode psihijatru, rekla je kako njezin muž misli da psihijatri nikome ne mogu donijeti ništa dobroga, tako da to nije učinila. Također sam joj predložila da joj se snaga donekle može povratiti ako bude jela odgovarajuću hranu za njezino stanje, koja bi uključivala i intenzivnu vitaminsku terapiju. Opet, odgovorila je da će tako postupiti ako se s tim složi i njezin muž.

U energetske smislu značajno je to što je Julie oboljela od raka, prvo jajnika, a potom dojki. Njezina bolest bila je simboličan iskaz njezinih osjećaja odbačenosti kao žene. Kao što ćete pročitati u narednom poglavlju, naši seksualni organi sadrže našu biografsku energiju, a specifično onu koja je povezana s našim odnosima s ljudima kao i s načinom ponašanja u vanjskoj sredini. Julie nije mogla vidjeti da sama posjeduje bilo kakvu moć, jer je gledala na muža kao na izvor njezine sigurnosti. Njezina biologija je stalno primala «signale bespomoćnosti». Julie je umrla za manje od godinu dana.

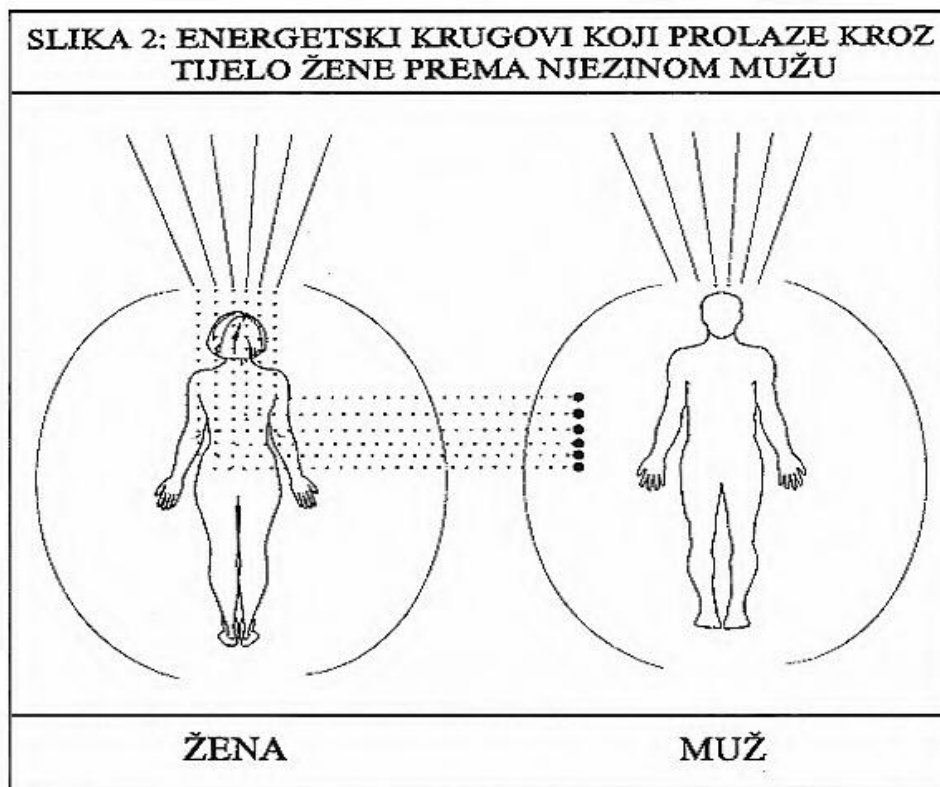
Tipovi s aktivnom moći se potpuno razlikuju od skupljača poput Julie. Oni su «samopokretači» - oni vjeruju da je briga o sebi samima prioritet i da su njihovi energetske krugovi povezani sa sviješću, snagom i odvažnošću. **Samopokretač je sposoban učiniti što god se zahtijeva od njega kako bi zadržao ravnotežu tijela, uma i duše.**

Poput Julie, i Joanna je imala brak koji nije funkcionirao i oboljela je od raka dojke. Premda njezin brak nije bila baš takva emocionalna horror priča poput Julienog, bilo je problema. Joannin muž Neal održavao je veze s nekoliko drugih žena. Joanna je znala za njih, ali ih je nastojala previdjeti. U pokušaju da živi s tom nevjerom, počela je pohađati radionice za osnaženje žena. Tijekom tih radionica konačno je shvatila kako Nealovo ponašanje narušava njezine emocionalne granice. Prije pohađanja tih radionica Joanna nikada nije razmišljala o postojanju osobnih emocionalnih granica. Ušla je u brak, kao što to čine mnogi ljudi, misleći da dvoje ljudi moraju postati jedan emocionalni sustav.

Joanna je uskoro shvatila da će se njezin rak dojke - koji se pojavio u području tijela vezanom za davanje i hranjenje - izliječiti samo onda ako ona poduzme korake i razvije

samopoštovanje. Postupno, Joanna je stjecala unutrašnju sliku o sebi kao snažnoj osobi. Razmišljajući o sebi kao **osobnosti**, započela je odnos prema samoj sebi kojeg je ranije smatrala nemogućim, budući da je njezina zamisao identiteta uvijek **zahtijevala** bračnog partnera.

Kad je Joanna došla do toga da je prepoznala svoje vlastite potrebe, pokazala je svoju unutrašnju snagu hrabro se suprotstavivši Nealu, zahtijevajući da se pridržava bračnih zavjeta. On je obećao da će promijeniti svoje ponašanje - ali je to obećanje trajalo manje od mjesec dana. Joanna je na koncu shvatila da ga ne može promijeniti - ali da se ona promijenila toliko puno da više nije mogla trpjeti njegove emocionalne prekršaje. Da bi se izliječila od raka, morala se maknuti iz te situacije koja joj je uništavala zdravlje. Razvela se od Neala i ozdravila.



Bilješka: **Budući da je ova žena potpuno ovisna o svom mužu, svi njezini energetski krugovi vezani su za njegovo energetsko polje. Kao posljedica te neravnoteže, ova žena nema energije da održava vlastito tijelo zdravim i usporedo stvara osjećaj «gušenja» u njezinom mužu.**

Skupine koje pružaju podršku oboljelim ljudima često potaknu svoje članove da se iznova odrede. Shvaćanjem vlastitih potreba i procjenjujući svoje živote sukladno njima, oni priznaju da njihove trenutačne okolnosti nisu prihvatljive za osobnosti kojima postaju, niti su prikladne za liječenje. Oni shvaćaju da moraju poduzeti korake u smjeru promjene. U procesu liječenja oni se uče odmaknuti od predmeta ili ljudi koji crpe snagu izravno iz njihovih tijela.

Za mnoge ljude potreba za promjenom čini liječenje zastrašujućim iskustvom. Ti pojedinci svjesno ili nesvjesno znaju da, kada isključe svoje energetske krugove iz mete moći, znači isto što i meti reći «zbogom». Oni ulaze u nemirno čistilište, gdje se istodobno žele iskopčati iz svojih meta moći, ali i prionuti uz njih. Neki ljudi završe pokušavajući živjeti istodobno u dva svijeta, a da u potpunosti ne borave u onom koji im više ne odgovara, niti zakorače do kraja u novi. Tako se događa da mnogi ljudi putuju do vrela zdravlja, ali jednom kada dođu tamo, otkriju da ustvari ne mogu iz njega piti.

**Iscjeljivanje zahtijeva djelovanje. To nije pasivno događanje. Mi jesmo stvoreni da crpimo iz svojih unutrašnjih izvora, da nađemo materijalnu snagu i ostavimo za sobom zastarjela uvjerenja i ponašanje, te sagledamo sebe na nov, zdravi način - da iziđemo iz svojih kreveta i prohodamo.**

## Učenje simboličnog gledanja

U Dijelu II, kada opisujem kako su pitanja moći utkana u našu psihu i biologiju, pokušajte dijagnosticirati svoj vlastiti odnos sa svakim od sedam centara moći u vašem tijelu. Učinite sebe predmetom svoje prve intuitivne procjene. Zapazite ćete, u tom procesu, kako postajete svjesniji čudesnog svijeta koji leži iza vaših očiju. Na koncu ćete naučiti **simboličko vidjeti**, a to je sposobnost da rabite svoju intuiciju za tumačenje simbola moći u svom životu.

Sljedeće smjernice dajem kao početnu točku. Kada osoba želi vidjeti više, iscjeljenje je neizbježno. Ali potrebna vam je unutrašnja metoda pomoću koje ćete upiti tu informaciju i učiniti je **stvarnom** za sebe.

**Prvo i najvažnije**, usredotočite svoju pažnju na učenje kako simbolično protumačiti izazove vašeg života. Pronađite značenje u njima. Razmislite i pokušajte osjetiti na koji način oni povezani s vašim zdravljem. Svakodnevno obraćajte pozornost na izazove

s kojima se suočavate i kako vaš um i duh reaguju na njih. Promatrajte što je uzrok gubitka moći i gdje osjećate gubitak. Procjenjujte duhovnu i biološku aktivnost koja se zbiva kao posljedica toga.

**Drugo**, čitavo vrijeme razmišljajte o sebi kao **energetskom biću** isto kao i tjelesnom. Energetski dio vas je odašiljač i prijemnik svih vaših misli i međudjelovanja. Čitavo vrijeme imajte na umu da vaša biografija postaje vaša biologija. Razvijajte naviku procjenjivanja ljudi, iskustava i informacija kojima dozvoljavate ulazak u vaš život. Razvijanje simboličnog viđenja počinje s namjerom: svjesno i redovito procjenjujte svoje odnose i njihov utjecaj na vašu emocionalnu i tjelesnu moć. I zapamtite - ako imate neki osobni program rada - a to je, ako želite vidjeti stvari na određen način, ometat ćete primanje energetske informacije.

**Treće**, provodite energetske samoprocjene svakodnevno. Kad steknete vještinu u tome, za vlastiti pregled bit će vam potrebno tek nekoliko trenutaka. Da biste to vježbali, koristite se modelom ljudskog energetskog sustava prikazanom u Poglavlju 2. Razmišljajte o svakom centru moći minutu-dvije na tih, objektivni način. Ne čekajte da se razbolite, prije nego li budete u stanju pokloniti pozornost zdravlju svog energetskog sustava. Naučite osjetiti stres koji se nagomilava u vašem energetskom polju i poduzmite mjere da se izliječite na energetskoj razini. Neka vam samoprocjenjivanje postane navikom.

**Četvrto**, kad otkrijete da vam energija istječe, usredotočite se samo na bitne stvari koje mogu pomoći da vam se energija povрати. Uvijek se zapitajte: «*Zašto gubim energiju?*» U liječenju svake neravnoteže, bila ona energetska ili tjelesna, morate uključiti i um i srce. Uvijek nastojte vidjeti iza tjelesnih sastavnih dijelova krize. Uzmite u obzir svaku od sedam svetih istina energije (kako je to navedeno u Poglavlju 2). Jedna ili više tih istina bit će uključena u vašu stresnu situaciju. Zapitajte se koja je od tih istina tamo simbolički predstavljena. Na primjer, ako ste u krizi na poslu, možda će biti dobro da razmislite o drugoj svetoj istini: **Poštujte sebe**. Lako je moguće da one govore o stvarima koje se odvijaju u vašem životu. Kada dosegnete to zapažanje, izdići ćete se iz živog pijeska privida - dosegnut ćete duhovnu ili simboličnu visinu koja vam je potrebna da protumačite svoju situaciju neosobno i da naučite moćnu lekciju koju vam pruža ta situacija.

Duhovna uputa uči nas da se stalno usredotočujemo na sebe - ne na egocentričan način, nego na način svjesnog upravljanja svojom energijom i moći. Dakle, vaš **peti zadatak** je da naučite **što**, a ne **tko** crpi moć iz vas. Shvatite da je osoba koja izgleda kao da crpi vašu energiju zapravo samo odraz nekog vida vas samih. Na primjer, ako

ste ljubomorni na nekoga, za vas nije važna ta određena osoba, nego sjenovita strana vaše naravi koja se odražava u toj osobi. U stvari, ta vam osoba služi kao učitelj. Usredotočenost na osobu na koju ste ljubomorni neće vas izliječiti. Slati će vam se sve više i više učitelja, a svaki novi bit će prodorniji nego prethodni. Vaš zadatak je prije svega naučiti poduku koju učitelj ima za vas, a ne da mu se opirete.

Kada pogrešno zaključite da je neka određena osoba uzrok tome što se osjećate iscrpljeno, upadate u strah i optužbu. Vi se morate iznova usredotočiti na centar moći sve dok ne dobijete utisak o tome kakvu vrstu moći ima ta osoba u odnosu na vas. Jednom kada usmjerite svoj pogled prije svega na lekciju, a ne na učitelja, postići ćete značajnu korist od simboličnog gledanja: vidjet ćete istinu koja vam se šalje kroz izazov.

**Šesto**, pojednostavite svoje zahtjeve za liječenje. Zahtjevi za izlječenjem bilo koje bolesti su u biti isti. Razmišljajte o bolesti kao poremećaju snage skoro poput nekog tehničkog kvara. Jednom kada identificirate koja sveta istina se odnosi na vašu situaciju, organizirajte svoj unutrašnji proces iscjeljenja oko učenja iz te istine. Kombinirajte svoje unutrašnje iscjeljivanje s bilo kojim konvencionalnim tretmanom koji je bitan, i držite se svog programa. Zatražite bilo koji oslonac koji vam je potreban i primjereno koristite taj oslonac. **Prisjetite se da vam je zadatak proći kroz rane, a ne živjeti u njima. Ne gubite vrijeme razmišljajući, djelujući ili moleći se poput žrtve. Osjećaj da ste žrtva samo pogoršava vašu bolest i ako on postane trajno stanje uma, razvit će se u bolest samu po sebi.**

Učinite sve što je nužno da pružite potporu svom fizičkom tijelu, kao što je uzimanje odgovarajućeg lijeka, svakodnevno vježbanje, te pravilna ishrana. Istodobno, učinite sve što je nužno da pružite podršku svom energetskom tijelu, kao što je oslobađanje od nedovršenog posla i opraštanje rana iz prošlosti. Provedite sve osobne promjene koje su potrebne da bi započeo proces iscjeljivanja - napustite stresni posao ili brak, započnite s nekom meditativnom vježbom ili naučite skijaško trčanje. Nije stvar u specifičnim promjenama koje ćete poduzeti. Važno je da poduzmete one promjene koje zahtijeva iscjeljivanje.

Razgovaranje ne liječi, ali djelovanje liječi. Premda je važno djelovati da se održi pozitivan stav bez obzira o kakvoj se bolesti radi, liječenje zahtijeva posvećivanje i predanost. Vizualizacija neće djelovati ako je vježbate samo jednom tjedno, a tijelo nijednog čovjeka ne postiže dobru formu od jednog odlaska u gimnastičku dvoranu. Izlječenje tijela čovjeka ili njegovih životnih izazova - ili razvijanje simboličnog viđenja - zahtijeva svakodnevnu praksu i pažnju. Posebice, liječenje bolesti može postati

zanimanje s punim radnim vremenom, premda možete pojednostaviti korake da biste ostvarili taj zadatak.

Ako koristite složeni «paket» liječenja - što znači nekoliko različitih terapija, nekoliko liječnika, nekoliko biljnih i vitaminskih programa, a ne primjećujete napredak, možda sami priječite svoje izlječenje. Ozdravljenje je možda za vas prijetnja više nego to shvaćate. Možda ne možete otpustiti nešto iz prošlosti; ili bi vaše ozdravljenje promijenilo ravnotežu između vas i druge osobe. Uporabite svoj um razmišljajući o ovome, jer bjelodano je da su neke bolesti prirodno ozbiljnije od nekih drugih, i ako nema napretka u liječenju, to ne znači baš uvijek da vi priječite proces liječenja. Ali ako deset različitih terapija i terapeuta nije dovoljno da dovede do nekog stupnja izlječenja u vašem životu, onda morate promisliti o mogućnosti svjesnog ili nesvjesnog ometanja ili stvarnoj mogućnosti da vaše iscjeljivanje možda uključuje i pripremu za napuštanje tjelesnog života.

**Sedmo**, pojednostavite svoju duhovnost. Sva moja zemaljska proučavanja neba dovela su me do zaključka da nebo nije složeno kraljevstvo. Zbog toga ni osobna teologija ne bi trebala biti složena. Vjerujte samo u ono što je nebo proglasilo bitnim. Na primjer:

- Sve okolnosti se mogu u trenu promijeniti i sve bolesti se mogu izliječiti. Ono što je božansko nije ograničeno ljudskim vremenom, prostorom ni fizičkim stvarima.
- Budite dosljedni: živite s onim u što vjerujete.
- Promjena je stalna. Svaki život prolazi kroz faze teške promjene kao i mira. Naučite se kretati s tijekom promjene, što je bolje nego da pokušavate spriječiti da se promjena dogodi.
- Nikada ne tražite od druge osobe da vas učini sretnom - sreća je unutrašnji, osobni stav i odgovornost.
- Život je u biti iskustvo učenja. Svaka situacija, izazov i veza sadrži neku poruku koju je vrijedno naučiti ili služi kao pouka drugima.
- U svakoj situaciji pozitivna energija djeluje efikasnije nego negativna energija.
- Živite u sadašnjem trenutku, i opraštajte drugima.

Ne dobivamo ništa time što vjerujemo da nebo «misli i djeluje» na složen način. Puno je bolje i daleko djelotvornije naučiti razmišljati na način kako to nebo čini - u jednostavnim i vječnim istinama.

Po svoj prilici, učinili smo svoj život daleko složenijim nego što mora biti. Postizanje zdravlja, sreće i energetske ravnoteže svodi se na to da se usredotočimo više na ono što je pozitivno nego na ono što je negativno i da živimo na način koji je duhovno u skladu s onim što mi poznajemo kao istinu. Primjenjujući samo te dvije obveze omogućit ćemo moći, koja je sadržana u našem božanskom biološkom organizmu, da utječe na sadržaj i smjer našega života.

Svi smo stvoreni da naučimo iste istine i dozvolimo našoj božanskosti da djeluje u nama i kroz nas. To je jednostavan zadatak, premda ne i lagan. Situacije i ljudi u našim životima su različiti, ali izazovi koje nam oni predstavljaju su identični, isto kao i utjecaji koje ti izazovi imaju na naše tijelo i naš duh. Što smo sposobniji naučiti tu istinu, to bolje možemo razviti simbolično gledanje - a to je sposobnost da vidimo kroz tjelesne privide i prepoznamo poduku koja nam se pruža putem životnih izazova.



## POGLAVLJE 2

### Stvoreni na sliku božju

Otkako sam dobila prve medicinske intuitivne opažaje, bila sam svjesna da su oni u osnovi o ljudskom duhu, premda opisuju tjelesne probleme i premda rabim energetske izraze da ih opišem drugima.

**Energija** je neutralna riječ, koja ne izaziva religiozne asocijacije ili duboko ukorijenjene strahove o čovjekovoj vezi s Bogom. Mnogo je lakše nekome reći: «Tvoja energija je iscrpljena», nego «Tvoj duh je zatrovan.» Pa ipak, većina ljudi koja mi dolazi zapravo je u duhovnoj krizi. Objašnjavala sam im njihove krize kao energetske poremećaje, ali to nije bilo tako korisno kao objašnjavati im duhovnim izrazima.

Na koncu sam u svoje energetske opise uključila duhovni jezik, pošto sam shvatila podudarnost između istočnjačkih čakri i zapadnjačkih religioznih sakramenata. To se dogodilo iznenada, tijekom jedne od mojih radionica o energetskoj anatomiji. Dok sam izlagala uvodno predavanje, nacrtala sam sedam krugova na ploči, povezala ih okomito kako bih predstavila centre moći ljudskog energetskog sustava. Kad sam se okrenula licem prema praznim krugovima, upala mi je u oči činjenica da se tu ne radi samo o sedam čakri, nego i o sedam kršćanskih sakramenata. U tom sam trenutku shvatila da su njihove duhovne poruke iste. Kasnije, kada sam dublje istraživala i proučavala njihove sličnosti, naučila sam da i Kabala ima sedam odgovarajućih učenja. Podudarnosti ovih triju tradicija dovele su me do toga da uvidim kako je **duhovnost puno više od psihološke i emocionalne potrebe. To je urođena biološka potreba. Naš duh, naša energija i naša osobna moć su jedna te ista sila.**

Sedam svetih istina, koje ove tradicije dijele, srž su naše duhovne moći. One nas uče kako usmjeravati moć - ili životnu silu - koja prolazi kroz naš organizam. U stvari, mi utjelovljujemo te istine u sedam naših centara moći. Oni su dio našeg unutrašnjeg tjelesnog i duhovnog sustava vođenja, a istodobno oni su univerzalni, vanjski sustav vođenja za naše duhovno ponašanje i stvaranje zdravlja. Naš duhovni zadatak u ovom životu je naučiti stvoriti ravnotežu energije tijela i duše, misli i akcije, tjelesne i mentalne moći. Naše tijelo sadrži urođeni otisak za izlječenje.

Knjiga Postanka opisuje da je Adamovo tijelo stvoreno «na sliku Božju». Poruka u toj rečenici je i doslovna i simbolična. To znači da su ljudi energetski dvojnici božanske

moći - sustava sedam osnovnih energija, čije istine moramo istražiti i razviti tijekom ovog iskustva zvanog život.

Kada sam shvatila da ljudski energetski sustav utjelovljuje tih sedam istina, nisam se više mogla ograničavati samo na energetski rječnik, pa sam počela uključivati i duhovne zamisli u moje intuitivne dijagnoze. Budući da je naš biološki nacrt također i duhovni nacrt, jezik energije i duha uporabljen zajedno premošćuje niz sustava vjerovanja. Njime se otvaraju putovi komunikacije između vjera, pa čak se omogućuje ljudima da se vrate religioznim kulturama koje su svojedobno napustili, neuništeni religioznom dogmom. U mojim radionicama ljudi su spremno prihvatili taj energetsko-duhovni jezik da bi govorili o izazovima svojstvenim njihovim tjelesnim bolestima, stresnim poremećajima ili emocionalnoj patnji. **Shvatiti problem u duhovnom okviru ubrzava proces izlječenja, jer krizi pruža dimenziju svrhe i značenja.** Na taj način ljudi postaju sposobni sami sebi pomoći pri liječenju. Oni iznova stvaraju svoje zdravlje i iznova stvaraju svoj život. Budući da sav stres odgovara duhovnoj krizi i pruža mogućnost duhovnog učenja, možete steći uvid u korištenje, pogrešnu primjenu i pogrešno usmjeravanje svojega duha, svoje osobne moći u gotovo svakoj bolesti.

**Izvor ljudske svijesti, duha ili moći smatra se božanskim u većini religija i kulturnih tradicija, od drevnih Grka i hinduističkih učenja do tradicija Kineza i Maya.** Većina mitova svake kulture govore o božanskoj interakciji sa čovječanstvom u pričama o bogovima koji su imali snošaj s ljudskim bićima kako bi se stvorilo božanskoliko ili polubožanskoliko potomstvo. Ti potomci utjelovljuju pun spektar ljudskog ponašanja - od velikih djela stvaranja, uništavanja i osvete do beznačajnih djela ljubomore, rivalstva i gnjeva, pa do transcendentnih djela preobrazbe, seksa i senzualnosti. Rane kulture, koje su stvorile te božanske mitologije, istraživale su svoju emocionalnu i psihološku narav, te moći svojstvene ljudskome duhu. **Svaka kultura izražava vlastito gledište preobražaja i niz događaja univerzalnog duhovnog putovanja** - putovanja pravog junaka, kako to kaže **Joseph Campbell**.

Međutim, među pričama o Bogu, židovska je tradicija jedinstvena, jer se Jahve nigdje ne opisuje po spolnom određenju. O Bogu se govori da ima desnu i lijevu ruku, ali opis nikad ne ide "niže od struka". Za razliku od drugih duhovnih tradicija, Židovi su Jahvi pridavali samo ograničene ljudske kvalitete, zadržavajući udaljeniji odnos sa svojim nepristupačnim Bogom.

Međutim, kada je kršćanstvo stupilo na scenu, tada još uvijek židovski sljedbenici dali su svom Bogu ljudsko tijelo, nazivajući ga Isusom, sinom Božjim. Za druge Židove velika kršćanska hereza sastojala se upravo u prelasku biološke granične crte i

začetkom nove teologije bioduhovnim događajem - navještenjem. U navještenju anđeo Gabrijel navještava Djevici Mariji da joj je Gospodin ukazao veliku milost i da će roditi sina i nazvati ga Isus. Dublji smisao ovoga jest da je Bog biološki otac ovog djeteta. Iznenada je apstraktno božansko načelo u judaizmu nazvan Jahve imao odnos s ljudskom ženom.

Kršćani su od Isusovog rođenja izgradili «biološku teologiju» i iskoristili su Isusov život kao dokaz da je čovječanstvo stvoreno «na sliku i priliku Božju». I Židovi i kršćani podjednako vjeruju da je naše fizičko tijelo, a naročito muško fizičko tijelo, slično Božjem. Suvremeniji teološki spisi izazivaju tu biološku sličnost, govoreći o njoj kao o duhovnoj sličnosti, ali izvorna zamisao da smo biološki stvoreni na sliku Božju ostaje, što je bez svake sumnje i najveći književni i arhetipski vid židovsko-kršćanske tradicije.

Nit koja je zajednička svim duhovnim mitovima jest da su ljudska bića prinuđena da se sjedine s Božjom biti, da mi želimo imati ono što je božansko u svojim kostima i krvi, te u svom mentalnom i emocionalnom sklopu. U sustavima vjerovanja iz cijeloga svijeta, zamisli Božanske duhovne naravi odražavaju najbolje ljudske kvalitete i značajke. Budući da se pokazujemo kao najbolji kada smo suosjećajni, onda i Bog mora biti svesuosjećajan. Budući da smo sposobni opraštati i Bog mora biti sveopraštajući. Budući da smo sposobni voljeti, onda Bog mora biti ljubav sama. Budući da mi nastojimo biti pravedni, božanska pravda mora upravljati svim našim naporima da uravnotežimo ono što je pravo i krivo. U istočnjačkim tradicijama Božanska pravda je zakon karme. U kršćanskom svijetu ona je u osnovi zlatnog pravila. Mi smo utkali Božansko, na ovaj ili onaj način, u sve vidove našega života, naših misli i djela.

Danas mnogi duhovni tragatelji pokušavaju ispuniti svoj svakodnevni život povećanom svijesti o onome što je sveto, trudeći se da djeluju tako kao da svaki njihov stav izražava njihovu duhovnu bit. Takvo svjesno življenje je zazivanje, zahtjev za osobnim duhovnim autoritetom. To predstavlja raspadanje klasičnog odnosa roditelj-dijete prema Bogu koji nalazimo u drevnim religijama i kretanje prema duhovno zreloom dobu. Duhovno sazrijevanje ne samo da uključuje sposobnost tumačenja dubljih poruka svetih tekstova, nego učenje čitanja duhovnog jezika tijela. Kako postajemo svjesniji i prepoznajemo utjecaj naših misli i stavova - našeg unutrašnjeg života - na naše fizičko tijelo i vanjski život, ne moramo zamišljati izvanjskog roditelja-Boga koji stvara za nas i o kojem potpuno ovisimo. Kao duhovno odrasli, mi prihvaćamo odgovornost za sustvaranje našega života i zdravlja. **Sustvaranje je zapravo bit duhovnog zrelog doba. To je vježbanje odabira i prihvaćanja naše odgovornosti za te odabire.**

Upravljanje našom moći donošenja odluka je božanski izazov, sveti ugovor zbog čijeg ispunjenja smo ovdje. On počinje odabirom kakve će biti naše misli i stavovi. Dok je odabir nekad označavao našu sposobnost da reagiramo na ono što je Bog stvorio za nas, sada on znači da smo mi sudionici u onom što doživljavamo - da smo mi ti koji sustvaramo svoje tijelo putem stvaralačke snage svojih misli i emocija. Sedam svetih istina Kabale, kršćanskih sakramenata i hinduističkih čakri podržavaju našu postupnu preobrazbu u svjesne duhovno odrasle ljude. Ta doslovna i simbolična učenja iznova određuju duhovno i biološko zdravlje i pomažu nam shvatiti što je to što nas održava zdravim, što je to što nas čini bolesnim i što je to što nam pomaže da ozdravimo.

Sedam svetih istina transcendiraju kulturne granice, a na simboličnoj razini one su sastavni činitelji cestovne karte za naše duhovno putovanje - cestovne karte koja je utisnuta u naš biološki nacrt. **Iznova i iznova, sveti tekstovi nam govore da je svrha našega života shvatiti i razviti moć našega duha, moć koja je vitalna za naše mentalno i tjelesno blagostanje. Zloraba te moći oslabljuje naš duh i crpi samu životnu silu iz našeg fizičkog tijela.**

Budući da je božanska energija svojstvena našem biološkom organizmu, svaka misao koja prođe kroz naš um, svako uvjerenje koje pothranjujemo, svako sjećanje za koje se zalijepimo, pretvara se u pozitivnu ili negativnu zapovijed našem tijelu i duhu. Veličanstveno je promatrati se kroz te leće, ali isto tako i zastrašujuće, jer nijedan dio našeg života niti misli nije bez moći. Mi smo biološka stvorenja oblikovana od Boga. Kada ova istina postane dijelom vašeg svjesnog uma, nikada više nećete živjeti običnim životom.

## **Simbolična moć sedam čakri**

Istočnjačke religije uče da ljudsko tijelo sadrži sedam energetskih centara. Svaki energetski centar sadrži univerzalnu životnu lekciju koju moramo naučiti da bismo se razvijali prema višoj svijesti. Tek nakon što sam puno godina vršila redovite intuitivne procjene, shvatila sam da sam se instinktivno usredotočivala na tih sedam energetskih centara. Ta sveta, drevna slika je nevjerojatno točna u opisivanju ljudskog energetskog sustava, njegovih navika i sklonosti.

Sustav čakri jest arhetipski opis individualnog sazrijevanja kroz sedam različitih faza. Čakre su vertikalno povezane, idući od trtične kosti kralježnice do vrha glave, sugerirajući da se mi prema Božanskom uspinjemo postupno, ovladavajući zavodničkim

izazovima fizičkog svijeta. Na svakoj razini dolazimo do istančanijeg razumijevanja osobne i duhovne moći, budući da svaka čakra predstavlja duhovnu životnu poduku ili izazov koji je zajednički svim ljudskim bićima. Kad osoba ovlada pojedinom čakrom, stječe moć i samospoznaju koje se ugrađuju u njezin duh i unapređuju je duž staze prema duhovnoj svijesti, kao što je to u klasičnim djelima prikazano kroz putovanje nekog junaka.

Evo jako kratkog sažetka duhovnih životnih poduka koje predstavljaju sedam čakri (pogledajte sliku 3):

**Prva čakra:** poduke vezane za materijalni svijet

**Druga čakra:** poduke vezane za seksualnost, posao i fizičku želju

**Treća čakra:** poduke vezane za ego, osobnost i samopoštovanje

**Četvrta čakra:** poduke vezane za ljubav, opraštanje i suosjećanje

**Peta čakra:** poduke vezane za volju i vlastito izražavanje

**Šesta čakra:** poduke vezane za um, intuiciju, uvid i mudrost

**Sedma čakra:** poduke vezane za duhovnost

### SLIKA 3: SEDAM CENTARA MOĆI ILI ČAKRE KUNDALINI SUSTAVA



Čakre su opisane kao lotosi. Spirale pokazuju oprečne energije psihe i duha: vatrene energije ili tamnija spiralna crta stoji nasuprot lakših, duhovnih energija ili svjetlije spiralne crte, a sve moraju biti u ravnoteži.

Izvor: Joseph Campbell, *The Mythic Image* (Princeton, N.J. Princeton University Press, 1974.)

Tih sedam duhovnih životnih lekcija usmjeravaju nas prema većoj svijesti. Ukoliko ignoriramo svoju odgovornost i potrebu da se usmjerimo svjesno na ovih sedam duhovnih poduka, njihova energija će se očitovati kao bolest. Uistinu, mnoge istočnjačke duhovne tradicije shvaćaju bolest kao iscrpljenost unutrašnje snage čovjeka ili duha. Podudarnosti među najvećim tradicijama podcrtavaju univerzalno ljudsko iskustvo povezanosti između duha i tijela, bolesti i iscjeljenja.

Ako razmišljamo simbolički, sedam kršćanskih sakramenata se prema značenju jasno podudaraju sa sedam čakri.

## Simbolična moć kršćanskih sakramenata

Rana kršćanska crkva utvrdila je sedam sakramenata ili službeno priznala sedam obreda koje su trebali provoditi zaređeni svećenici crkve. Tih sedam sakramenata bili su, i još uvijek jesu, sveti obredi koji prožimaju pojedinca - ili da to kažemo kršćanskim jezikom - specifičnim kvalitetama «milosti ili Božanske energije.» Svaka kvaliteta milosti je jedinstvena za svaki sakrament. Dok se danas sedam kršćanskih sakramenata uglavnom povezuju s rimokatoličkom crkvom, druge kršćanske tradicije održale su mnoge od njih kao što su krštenje, brak i zaređenje.

Simbolično, svaki sakrament također predstavlja fazu ovlaštenja koja zaziva božansko izravno u duh osobe. Izraz **sakrament** označava obred koji zaziva moć onoga što je sveto u dušu pojedinca. Simbolično značenje sakramenata nadilazi njihovo religiozno značenje i kada govorim o njima, to se ne smije krivo protumačiti kao da predlažem ljudima da doslovce moraju primiti sakramente u nekoj kršćanskoj instituciji.

Sakramenti osiguravaju simbolične zadaće za rast u duhovnoj zrelosti i za iscjeljenje. Ali, oni su i konkretni u opisu onoga što moramo napraviti prilikom važnih faza u životu kako bismo prihvatili osobnu odgovornost koja dolazi s duhovnom zrelošću. Sakramenti su i djela koja moramo obaviti, a ne samo obredi koji se izvode na nama. Oni predstavljaju snagu koju moramo podijeliti drugima, ali i primiti od drugih. Razmotrite, na primjer, sakrament krštenja u kojem obitelj prihvaća tjelesnu i duhovnu odgovornost za dijete koje je donijela na svijet. Naš izazov kao duhovno odraslih ljudi jest da prihvatimo simbolično, potpuno i zahvalno, obitelj u kojoj je dijete rođeno. Simbolično, krštenje znači izražavanje štovanja vašoj obitelji i vama time što opraštate članovima obitelji svaku bol koju su vam prouzročili tijekom djetinjstva. Moć sadržana u takvom opraštanju je upravo ona moć koja liječi tijelo.

Sedam svetih sakramenata i njihova svrha jesu sljedeći:

**Krštenje:** primiti ili dati izraz milosti koji predstavlja zahvalnost za život čovjeka u fizičkom svijetu.

**Pričest:** primiti ili dati izraz milosti - u obliku hostije - koja predstavlja sveto sjedinjenje s Bogom i s ljudima u životu čovjeka.

**Potvrda:** primiti ili dati izraz milosti koji unapređuje čovjekovu individualnost i samopoštovanje.

**Ženidba:** primiti ili dati blagoslov čineći svetim jedinstvo sa sobom, što je simbol prepoznavanja i štovanja bitne potrebe za ljubavlju i skrbi za sebe kako bismo mogli u potpunosti ljubiti drugoga.

**Ispovijed:** primiti ili dati milost da se očisti čovjekov duh od negativnih djela volje.

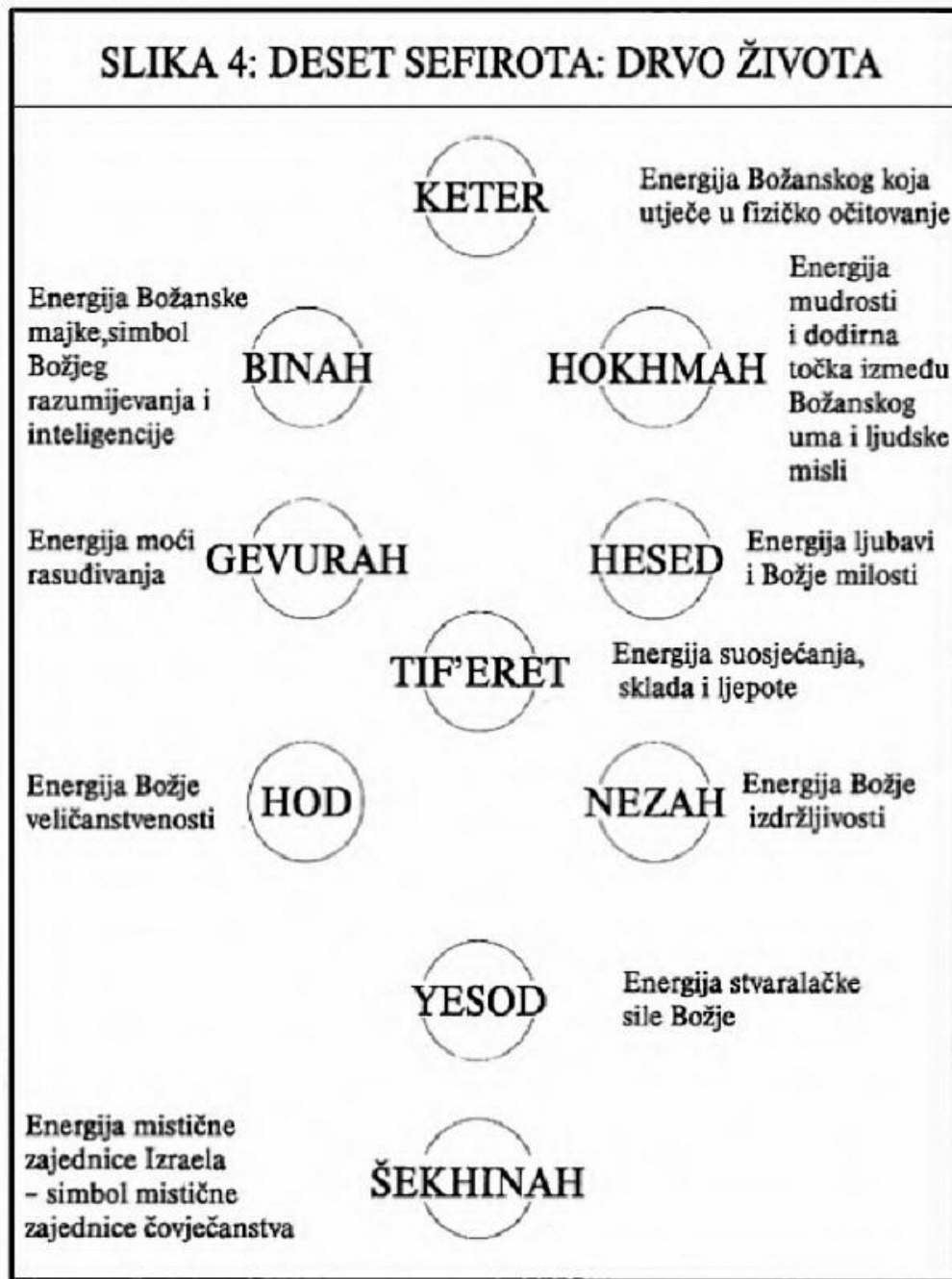
**Zaređenje:** primiti ili dati milost da bi se učinio svetim čovjekov put služenja.

**Bolesničko pomazanje:** primiti ili dati milost da se završi nedovršen posao čovjeka ne samo prije smrti nego kao dio svakodnevnog života čovjeka i tako omogućiti osobi da voli u «sadašnjem trenutku».

Ovih sedam stupnjeva osobne inicijacije predstavlja urođene moći koje moramo ostvariti, moći koje trebamo svjesno koristiti i rabiti kroz susretanja s izazovima koje život donosi.



## Simbolična snaga deset sefirota



Deset sefirota ili Drvo života Kabale obuhvaćaju složeno učenje koje se razvijalo tijekom mnogih stoljeća, a koje se lako može usporediti s učenjem o čakrama i sakramentima. U srednjovjekovnoj Kabali, deset sefirota opisuju deset kvaliteta Božanske naravi. Budući da su po tri od deset kvaliteta povezane s još jednim stablom, deset kvaliteta se zapravo mogu grupirati u **sedam** razina, tako da se ono često prikazuje kao obrnuto mistično Stablo života s korijenjem prema nebu. Smatra se da deset sefirota predstavlja božanski plan učenja da «su ljudska bića stvorena na sliku Božju» (Knjiga Postanka 1:27) prema **Danielu Chananu Mattu u knjizi The Zohar: The Book of Enlightenment**. (Paulist Press, 1983.) Božansko dijeli tih deset kvaliteta s ljudskim bićima - to su duhovne snage koje su nam dane da ih razvijemo i istančamo u ovom životnom putovanju.

Premda židovska vjera sadrži najapstraktnije Božje lice, deset sefirota su onoliko blizu opisu osobnosti Jahve koliko je to dopustivo. Za razliku od drugih religija, židovska vjera nije nikad smatrala svoje proroke izravnim utjelovljenjima Boga samoga. Nasuprot tomu, čak je i budizam započeo sa čovjekom, Siddhartom, koji je bio pomazan da širi poruku prosvjetljenja među ljudima na zemlji. Budizam ne opisuje ljudskoliku Božju silu, ali hinduizam ima mnogo bogova koji su došli na zemlju, dok kršćanstvo ima «sina Božjeg» koji je trideset i tri godine proveo sa čovječanstvom.

Deset sefirota su kvalitete Božanskog koje također oblikuju arhetipsko ljudsko biće. Te kvalitete se tumače i kao bit Božja i staze po kojima se vraćamo Bogu. Svaka kvaliteta predstavlja napredak prema moćnijem otkrovenju «imena» ili «lica» Božjeg. Često se tih deset kvaliteta opisuju kao kraljevske halje - halje koje nam omogućuju da izravno gledamo u Kralja, izvora Božanske svjetlosti, a da ne oslijepimo. Druga slika, obrnuto stablo, simbolizira da korijeni tih deset kvaliteta počivaju duboko u Božanskoj naravi, te da nas one vode natrag k nebu kroz molitvu, kontemplaciju i akciju. Naš je zadatak da se uspnemo do Božanskog izvora razvijanjem tih deset kvaliteta u nama samima. Jedina razlika je u tome kako su te moći poredane. Dok sakramenti i čakre započinju s osnovom u vidu broja jedan i broje se prema gore, deset sefirota započinje s brojem jedan na vrhu (korijeni stabla) i broje se prema dolje. Izuzev ovoga, sve kvalitete koje se pripisuju svakoj od sedam razina doslovce su identične.

Prihvaćen redoslijed deset sefirota, najčešće korištenih naziva, i njihovo simbolično značenje (vidi sliku 4) su:

**Keter** (ponekad se piše Kether Elyon) - vrhunska kruna Božja, koja predstavlja onaj dio Božanskog što nadahnjuje fizičko očitovanje. Taj sefirah je najneodređeniji i zato sveobuhvatan. Ne postoji ništa pojedinačno niti specifično u ovoj točki početka između neba i zemlje.

**Hokhmah** - mudrost. Ovaj sefirah predstavlja dodirnu točku između Božanskog uma i ljudske misli. Putem te energije počinje se oblikovati fizičko očitovanje. Oblik prethodi

stvarnom izrazu. Taj sefirah bi se mogao, u suvremenom Jungovom jeziku, povezati s nesvjesnom energijom nazvanom animus, jer sadrži u sebi muški ton. On je združen s trećim sefirahom, Binah.

**Binah** - Božje razumijevanje i inteligencija. Binah je također i Božanska majka, maternica gdje je sve spremno za rođenje. To je anima koja pristaje uz Hokhmaha.

**Hesed** - Božja ljubav i milost; također i dostojanstvo. Ovaj sefirah združen je s petim sefirahom, Gevurah.

**Gevurah** (poznat i kao Din) - moć, pravda i kazna. Hesed i Gevurah se smatraju desnom i lijevom rukom Božjom. Te dvije kvalitete uravnotežuju jedna drugu.

**Tif'eret (poznat i kao Rahamin)** - suosjećanje, sklad i ljepota. Taj sefirah se smatra trupom stabla ili, da uporabimo usporedni simbol, srcem stabla.

**Nezah (poznat i kao Netsah)** - Božja izdržljivost. Taj sefirah združen je s osmim, Hodom i oni zajedno predstavljaju noge tijela.

**Hod** - Božja veličanstvenost. Nezah i Hod zajedno tvore desnu i lijevu Božju nogu. Oni su i izvor prorokovanja.

**Yesod** - falus, Božja sila stvaranja koja izljuje energiju u tjelesni oblik. Taj sefirah je poznat i kao Pravednik, o kojemu se u Izrekama 10:25 govori o «pravedniku svijeta koji ima temelj vječni.»

**Šekhinah (poznat i kao Keneset Yisra'el i Malkhut ili Makhuth)** - ženska mistična zajednica Izraela. Cijeli Izrael i njegovi udovi (Zohar 3:23 lb). Uravnotežavajući mušku energiju Yesoda, Šekhinah je ženska energija i ima puno naziva koji se odnose na ženski princip: Zemlja, Mjesec, Ruža, Rajski vrt. To je životna energija koja se spaja sa zemljom, hraneći sve što je živo.

**Kada se Tif'eret (suosjećanje) i Šekhinah (ženski princip) sjedine, ljudska duša se budi i počinje mistično putovanje. U tom trenutku sefirot prestaje biti samo apstraktan, nego postaje i detaljna cestovna karta duhovnog razvoja, usmjeravajući pojedinca na njegovom putu uspona.**

Čak i na prvi pogled, arhetipska značenja čakri, sakramenata i sefirota su identična. Ukoliko možete osjetiti i razumjeti simboličnu snagu sadržanu u svim tim tradicijama, započeli ste koristiti moć simboličnog viđenja. Možete shvatiti teologiju kao znanost iscjeljivanja tijela, uma i duha.

Kombinirajući mudrost sustava čakri sa svetom silom svojstvenom u kršćanskim sakramentima i božanska svojstva izražena u deset sefirota daje nam uvid u potrebe našeg duha i tijela. Ono što služi našem duhu, služi i tijelu. Ono što služi duhu, unapređuje tijelo. Ono što oslabljuje naš duh, oslabljuje i naše tijelo.

## Kako čakre, sakramenti i sefiroti djeluju zajedno

Svaka od sedam razina moći u našem biološkom organizmu sadrži pojedinačnu istinu. Ta istina neprestano pulsira u nama, usmjeravajući nas da živimo ispravno koristeći njezinu moć. Rađamo se s utjelovljenim znanjem tih sedam istina utkanih u naš energetski organizam. Kršenje tih istina oslabljuje i naš duh i naše fizičko tijelo, a ukoliko ih poštujemo, one pojačavaju snagu našega duha i tijela.

Energija je moć i našem tijelu je ona potrebna. Zbog toga naše tijelo zahtijeva moć. Čakre, sefiroti i sakramenti govore o utjecaju moći, te o preuzimanju nadzora nad našom vlastitom moći postupno u sve snažnijem procesu. Na prvoj razini, na primjer, učimo postupati imajući skupni identitet i moć koja dolazi od obitelji. Na kasnijim razinama se individualiziramo i postupamo s moći kao odrasli. Postupno učimo i postupati sa svojim umom, mislima i duhom. Svaki odabir koji napravimo, motiviran bilo vjerom ili strahom, usmjerava naš duh. Ako je duh osobe motiviran strahom, onda se strah vraća u njezino energetsko polje i u njezino tijelo. Ako ona usmjerava svoj duh u vjeri, onda će se pak milost vratiti u njezino energetsko polje, a njezin biološki organizam napredovati.

Sve tri tradicije smatraju da je prepuštanje duha čovjeka fizičkom svijetu kroz strah i negativnost bezvjeran čin odabiranja osobne volje nad voljom neba. Izraženo jezikom istočnjačke duhovnosti, svaka akcija stvara karmu. Djela svjesnosti stvaraju dobru karmu. Djela straha i negativnosti stvaraju lošu karmu, a u tom slučaju čovjek mora «povratiti» svoj duh iz straha koji je motivirao negativnu akciju. U kršćanskoj tradiciji sakrament ispovijedi je čin vraćanja čovjekovog duha iz negativnih mjesta kako bi mogao ući «potpuno» u nebo. Jezikom židovske religije, strah koji ima takvu moć nad ljudskim bićem je «lažni bog». Rečeno rječnikom moje athabaskanske učiteljice Rachel, čovjek priziva natrag svoj duh iz krivih smjerova, tako da bi mogao uspravno hodati.

Mi smo istodobno i materija i duh. Da bismo razumjeli sebe i bili zdravi i u tijelu i u duhu, moramo razumjeti kako materija i duh međusobno djeluju, što odvlači duh ili životnu silu iz našeg tijela, te kako možemo povratiti svoj duh iz lažnih bogova straha, ljutnje i vezanosti za prošlost. Svaka vezanost za koju se držimo iz straha upravlja krugom našega duha tako da on napušta naše energetsko polje, što nas košta zdravlja. Ono što iscrpljuje vaš duh, iscrpljuje i vaše tijelo. Ono što hrani vaš duh, hrani i vaše tijelo. Moć koja hrani naše tijelo, naš um, naše srce ne potječe iz DNA. Prije bi se moglo reći da ima korijene u samom Božanskom. Istina je toliko jednostavna koliko i vječna.

Ovim duhovnim tradicijama i načelima medicinske intuicije zajedničke su tri istine:

1. Krivo usmjeravanje moći duha čovjeka stvorit će posljedice u tijelu i životu čovjeka.

2 Svako ljudsko biće susreće se s nizom izazova uz pomoć kojih se provjerava njegov savez s nebom. Te provjere će doći u obliku uništenja čovjekove osnovne tjelesne moći: neizbježnog gubitka bogatstva, obitelji, zdravlja ili svjetovne moći. Gubitak će aktivirati krizu vjere, prisiljavajući ga da se zapita: «Što je to ili tko je to u koga vjerujem?» Ili: «U čije ruke sam povjerio svoj duh?»

Osim takvih znatnijih gubitaka, otponac koji je uzrokom traganja ljudi za dubljim značenjem, te psihološkim i duhovnim «uspinjanjem» obično je tjelesna bolest koja dovodi do osobnog ili profesionalnog zemljotresa. Svi smo skloni gledati prema gore kada se zemlja pod našim nogama počne tresti.

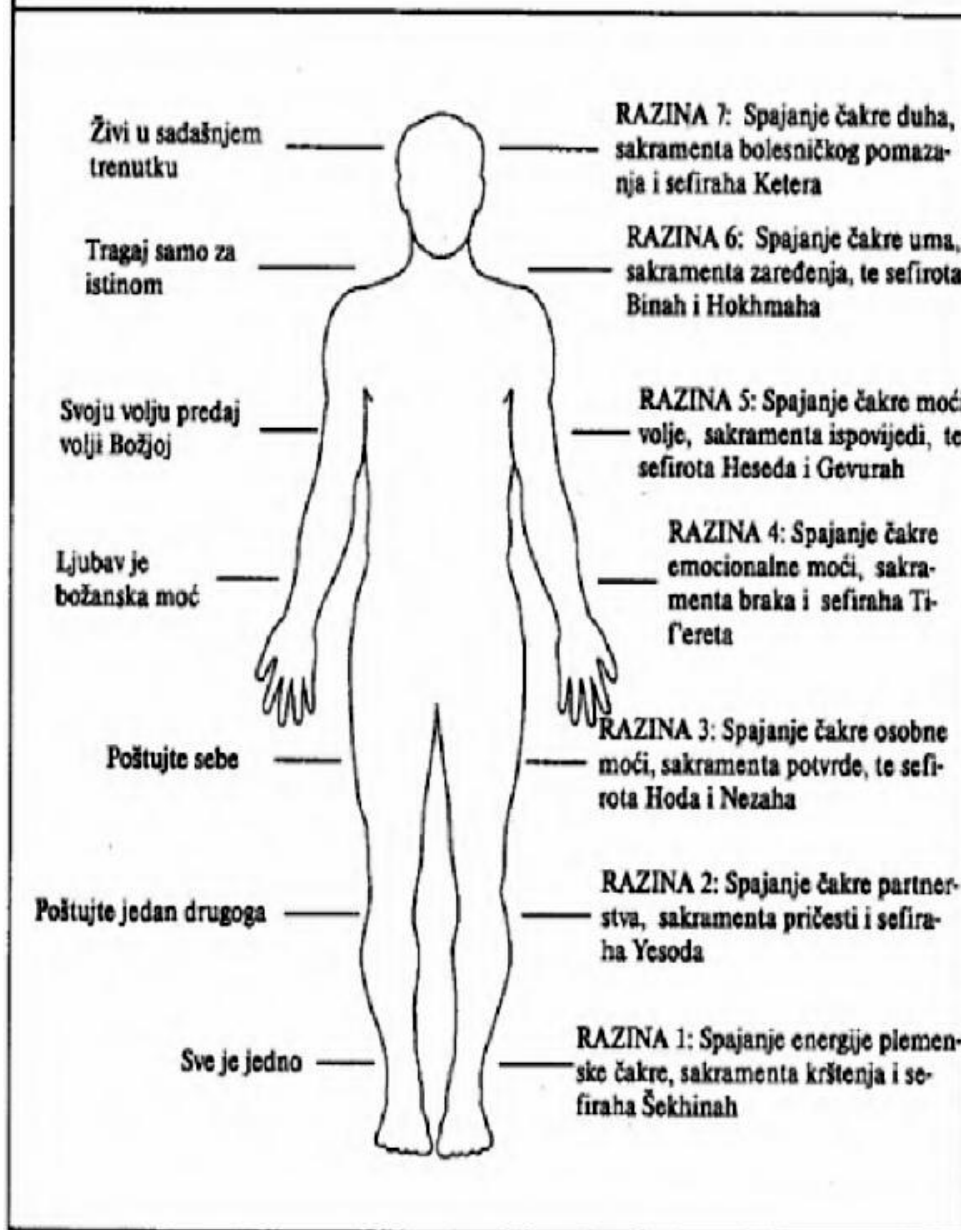
3. Da bi se izliječio od krivog usmjeravanja svoga duha, čovjek mora htjeti djelovati tako da otpusti prošlost, očisti svoj duh i vrati se u sadašnji trenutak. «Vjeruj kao da je to sada istina», duhovna je zapovijed iz **Knjige o Danielu** za vizualiziranje ili molitvu u sadašnjem vremenu.

U sve tri duhovne tradicije fizički svijet služi našem duhu za učenje, a «provjere» s kojima se susrećemo slijede dobro utvrđen obrazac.

U sustavu čakri (vidi sliku 5) svaki energetski centar je skladište određene moći. Ta se moć uspinje od najgušće tjelesne moći do najeteričnije ili najduhovnije snage. Vrijedno je spomenuti da su i izazovi, s kojima se suočavamo u našim životima, skloni slijediti taj smjer.

Prva, druga i treća čakra podešene su za pitanja koja nas povezuju s tjelesnom ili vanjskom moći. Četvrta, peta, šesta i sedma čakra su podešene za netjelesnu ili unutrašnju moć. Kada ih povežemo sa sakramentima i sefirotom, ne samo da imamo zapis za razvoj svoje svijesti, nego i duhovni jezik ozdravljenja, kao i simboličnu životnu kartu neizbježnih izazova tijekom tog procesa.

**SLIKA 5: BOŽANSKA SNAGA U NAŠEM BIOLOŠKOM NACRTU**



# Sedam svetih istina

## Vanjska moć

**Prva razina:** Spajanje prve ili plemenske čakre (Muladhara), sakramenta krštenja i sefiraha Šekinah

Moć stvorena tim trima arhetipskim silama odašilje u naš energetski i biološki organizam svetu istinu **Sve je Jedno**. Svi smo mi međusobno povezani sa sveukupnim životom i međusobno jedan s drugim. Svatko od nas mora naučiti poštivati tu istinu. Povezujući se s energijom bilo koje od te tri arhetipske sile, povezujemo se s tom istinom. Plemenska čakra je u rezonanciji s našom potrebom da poštujemo obiteljske veze i da imamo kodeks poštovanja u sebi. Istinu **Sve je Jedno** prvi put susrećete u svojoj biološkoj obitelji, učeći poštivati «krvnu vezu». Možda će vas vaša obitelj naučiti u crkvi ili sinagogi «da smo svi dio jedne Božanske obitelji i da je sve Jedno.» Vaša veza za biološku obitelj simbol je vaše veze za svakoga i sve što predstavlja život. Kao što kaže **Thich Nhat Hahn**, mi «međusobno jesmo». Kršenje te energetske veze time što bismo, na primjer, smatrali da su oni koji se razlikuju od nas, manji od nas, stvara sukob u našem duhu, pa prema tome i u tijelu. Prihvatanje i djelovanje prema toj osnovnoj istini **Sve je Jedno** jest univerzalan duhovni izazov.

U stvarnom kršćanskom sakramentu krštenja, obitelj se obvezuje na dvije stvari. Prvo, mi imamo duhovnu potrebu u potpunosti prihvatiti svoju obitelj kao «od Boga odabranu» da nas podučiti lekcijama koje moramo naučiti u ovom životu. Drugo, mi se obvezujemo da ćemo prihvatiti osobnu odgovornost i pošteno živjeti kao članovi ljudskoga plemena i činiti drugima ono što bismo htjeli da drugi čine nama, uz poštivanje cjelokupnog života na zemlji. Ispunjavajući te dvije obveze, mi u biti krstimo sebe i štujemo svoj vlastiti život. Negirajući ovu obvezu, na primjer, tako što promatramo obitelj iz koje potječemo na negativan način, jako umanjujemo moć našeg energetskog sustava, jer se time opiremo višoj istini koja postoji u nama.

Sefirah Šekinah, čije ime znači «božanska prisutnost», jest Božanska svijest koja stvara i čuva mističnu zajednicu Izraela. U simboličnijoj i univerzalnijoj perspektivi, Božanska svijest stvara i čuva sva plemena ljudske rase. Šekinah predstavlja i vrata u Božansko: «Onaj tko ulazi, mora ući na ova vrata» (Zohar 1:7b) - to je najprikladniji opis, jer je Šekinah u rezonanciji s prvom ili plemenskom čakrom ljudskog energetskog sustava. Da bismo se uspinjali u duhovnoj istini, ovaj sefirah govori da prvo moramo štovati svoju obitelj i sve ljudske zajednice.

**Druga razina:** Spajanje čakre partnerstva (Svadisthana), sakramenta pričesti i sefiraha Yesoda

Moć stvorena tim trima arhetipskim silama odašilje u naš organizam svetu istinu **Poštujte jedan drugoga.** Iz čakre partnerstva primamo snagu da djelujemo sa čestitošću i poštenjem u svim svojim vezama, od braka do prijateljstva i profesionalnih veza. Ta je energija posebno aktivna, jer rezonira u svim financijskim i stvaralačkim aktivnostima. Čestitost i poštenje su nužni za zdravlje. Kada kršimo svoje poštenje ili ga kompromitiramo na bilo koji način, trujemo svoj duh i svoje tijelo.

Simbolično, sakrament pričesti zrači u naš organizam istinu da je svaka osoba «s kojom dijelimo zajedništvo» dio našega života prema Božanskom nacrtu. Kada s nekim «lomimo kruh», simbolično priznajemo da smo svi dijelom jedne duhovne obitelji, da svatko koga poznajemo postoji po božanskom planu i da svi trebamo jedni druge kako bismo obogatili svoj život. To da su neke od tih «zajednica» bolne jest nužnost. Svatko u vašem životu igra bitnu ulogu za vaš razvoj. Vaš izazov jest da postanete dovoljno mudri da to prepoznate i živite s tom istinom. Gledajući iz duhovne perspektive, nije prirodno promatrati ljude kao neprijatelje ili sami biti neprijateljima. Negativne veze stvaraju negativnu energiju koja priječi simbolično viđenje. Ne možemo vidjeti božansku svrhu u vezi ako sami odlučimo tumačiti je negativno.

Sefirah Yesoda utjelovljuje drugu čakru ili energiju pričešćivanja. Yesod je falus, potreba za održavanjem vrste koja sije sjeme života, stvara materiju iz energije, oblik iz potencijala. U tom sefirahu stvaranje je međusobni čin, prirodni dualizam odakle izvire život. Simbolično, Yesod predstavlja našu energetsku potrebu da stvaramo sveta sjedinjenja s drugim ljudskim bićima, sjedinjenja odakle proizlazi nastavak života. Duhovno smo privučeni da se povezujemo s onim što je sveto u drugim ljudima, da sjedinjujemo dušu s partnerom. Intimnost je sama po sebi oblik svetog sjedinjenja i sefirah Yesoda nas prirodno privlači onima s kojima je to sveto sjedinjenje moguće. **Mi zlorabimo vlastiti duh kada ne uspijeva poštovati zavjete drugima u svetoj vezi ili kada nečasno kršimo te zavjete. Život ponekad zahtijeva da preinačimo svoj ugovore, pa se događaju razvodi u braku i razilaženja u drugim vezama. Čin razvoda sam po sebi nije nečastan, međutim, moramo biti svjesni načina na koji se ponašamo za vrijeme procesa opoziva zavjeta.**

**Treća razina:** Spajanje čakre osobne moći (Manipura), sakramenta potvrde, te sefirota Hoda i Nezaha.

Moć stvorena tim četirima arhetipskim silama šalje u naš organizam svetu istinu **Poštujte sebe.** Sve četiri arhetipske sile na ovoj razini usmjeravaju nas da razvijamo samopoštovanje i da cijenimo sami sebe. Ova čakra sadrži «intuiciju za preživljavanjem», a to je osjećaj koji nas čuva kada smo u tjelesnoj opasnosti ili nas



upozorava na negativnu energiju i djela drugih ljudi. Kada ne poštujemo svoj instinkt zlorabimo ovu energiju.

Simbolično značenje sakramenta potvrde jest prihvaćanje odgovornosti za **kvalitetu** osobe koja postajemo. Dio tog procesa osvještavanja nas samih jest iskustvo «inicijacije» ili obred «sazrijevanja». Duh zahtijeva takvo iskustvo ili obred kao znak ulaska u zrelo doba. Kada takav znak ne postoji, svjestan ili nesvjestan utisak ili praznina očituju se u tjelesnoj slabosti. Neka od tih očitovanja su: stalna potreba za odobravanjem drugih ljudi, što može dovesti do nezdrave identifikacije s bandama, kultovima ili drugim neprikladnim skupinama. Zatim, to dovodi do nesposobnosti da čovjek cijeni samoga sebe i do nesposobnosti da razvije zdrav osjećaj o sebi kao pojedincu. Sposobnost da čovjek prati intuitivno vodstvo iz vlastitog duha počiva na snažnom osjećaju o sebi i na poštivanju sebe.

Jednako je važna uloga samopoštovanja prilikom ozdravljanja ili održavanja tijela zdravim. Kada nam nedostaje samopoštovanje, naše veze s drugima su kratkotrajna i krhka stanja intimnosti. Stalno se bojimo napuštanja, jer užas od toga da ostanemo sami potiče naše akcije. Potvrđivati sebi - svjesno razvijati i spoznavati osobni kodeks časti - presudan je za stvaranje zdravoga tijela. Nema zdravlja bez poštovanja.

Simbolično značenje sefiraha Nezaha jest izdržljivost. Moć da se održi snaga i žilavost jest iznad svojstva samog fizičkog tijela. Ta se moć budi onda kada prihvatimo svoj život onakvim kakav jest. Gubimo je kada se usredotočujemo na ono što nam manjka u životu ili kada vidimo život praznim i beznačajnim, pa trebamo učiti prihvatiti vlastitu odgovornost što smo ga stvorili. Simbolično znanje ovog sefiraha Hoda jest veličanstvenost ili čestitost, energija koja nadilazi ograničenja jastva i budi našu vezu s Božanskim autoritetom. Ta energija Hoda se pojačava razvijanjem stava vrednovanja i zahvalnosti za sve ono što čovjek ima i za dar samoga života.

Zajedno, Nezah i Hod simbolično predstavljaju noge ljudskog tijela. Zajedno sa ženskom i muškom energijom treće čakre, oni ukazuju na potrebu za stvaranjem duhovnog jedinstva iz unutrašnje dualnosti, te da bez samopoštovanja nikada nećemo biti sposobni stajati samostalno, bilo doslovce ili simbolično.

## Unutrašnja moć

**Četvrta razina:** Spajanje čakre emocionalne moći (Anahata), sakrament braka i sefiraha Tif' ereta.

Moć stvorena tim trima arhetipskim silama odašilje u naš organizam svetu istinu **Ljubav je božanska moć**. Taj energetski centar jest središnja točka moći u ljudskom energetskom sustavu, simbol ulaska u unutrašnji svijet.

Energija ove čakre šalje nam znanje da je ljubav jedina autentična moć. Ljubav koja omogućava preživljavanje i napredovanja nije potrebna samo našem umu i duhu, već i našem tijelu. Kada djelujemo prema drugima tako da ih ne volimo, zlorabimo ovu energiju. Kada gajimo negativne emocije prema drugima i prema sebi samima ili kada namjerno nanosimo bol drugima, trujemo svoj tjelesni i duhovni organizam. **Najjači otrov za ljudski duh je nesposobnost da oprostimo sebi i drugima. To umanjuje emocionalno bogatstvo osobe.** Izazov svojstven toj čakri jest profiniti sposobnost voljenja prema drugima kao i prema sebi te razviti moć opraštanja.

Simbolično, sakrament braka unosi u naš život potrebu i odgovornost da istražujemo ljubav. Prvo moramo voljeti sebe i naš prvi brak mora biti simboličan: pristanak da se svjesno odnosimo prema vlastitim emocionalnim potrebama, kako bismo bili sposobni voljeti i bezuvjetno prihvatiti druge. Učiti ljubiti sebe jest izazov za sve nas. Nitko od nas nije rođen tako da voli sebe. Moramo raditi u tom smjeru. Kada se emocionalno zapustimo, ne samo da postajemo emocionalno zatrovani, nego taj otrov unosimo u sve svoje veze, naročito u postojeći brak.

Sefirah Tifereta, simbol je srca i sunca u ljudskom tijelu i pulsira u svakom od nas energijama suosjećanja, sklada i ljepote - smirujućim značajkama ljubavi. Energija koju zrači Tiferet uravnotežuje sve božanske kvalitete u deset sefirota. Po naravi, mi smo suosjećajna bića koja napreduju u okružju smirenosti i sklada. Te energije su bitne za tjelesno zdravlje kao i za emocionalan razvoj i «djela srca». Kada srce nije ispunjeno vitalnim energijama ljubavi i sklada, nikakva količina novca niti moći ne može ga učiniti smirenim. Prazno srce stvara prazan život koji često završava s bolešću, a ona je konkretan izraz nesklada koji će, nadajmo se, privući pažnju uma. Prekršaji srca moraju se ispraviti, jer će inače ozdravljenje biti nemoguće.

**Peta razina:** Spajanje čakre snage volje (Vishuddha), sakramenta ispovijedi, te sefirota Heseda i Gevurah.

Moć stvorena tim četirima arhetipskim silama odašilje u naš organizam svetu istinu **Svoju volju predaj volji Božjoj.** Ta predaja je najveće djelo koje možemo izvesti da bismo unijeli duhovnu stabilnost u svoj život. Svatko od nas je donekle svjestan da smo rođeni s određenom svrhom, da život sadrži Božanski plan. Peta čakra je središte za tu svijest i za našu želju da ostvarimo kontakt s Božanskim planom.

Kako postajemo zreliji, pokušavamo graditi život na temelju vlastite volje. Prvo se razdvajamo od svojih roditelja. Ostvarujemo svoju neovisnost, stvaramo karijeru. Potom neizbježno nailazi neki događaj ili kriza. Možda se posao ne razvija prema planu. Možda brak prestaje funkcionirati kako valja ili se javlja kakva bolest. Neovisno o specifičnim krizama, dolazimo u situaciju koja nas prisiljava da se suočimo s ograničenjima vlastitog unutrašnjeg bogatstva, a koja nas sprečava da uspješno završimo planove. Kada se nađemo u toj situaciji, postavljamo si pitanja: «Što mi je

činiti u životu? Što je svrha moga rođenja?» Ta pitanja dovode do razdoblja razvoja povezivanja naše volje s Božanskim planom - a to je najdublja odluka koji možemo donijeti.

Taj jedan jedincati odabir, načinjen u vjeri i povjerenju, omogućuje božanskom autoritetu da uđe u naš život i preuredi našu borbu u uspjeh, a naše rane u snagu. Bez obzira na to želimo li svjesno ili nesvjesno predati svoju osobnu volju Božanskom autoritetu, sasvim je sigurno da se susrećemo s takvim brojnim prilikama. Poticaj da učinimo takav odabir leži u životnim pričama, životnim borbama ljudi koji ne doživljavaju ništa drugo nego bol i neuspjeh, sve dok ne kažu Bogu:»Sada Ti preuzmi moj život.« Neobična djela podudarnosti tada ispunjavaju njihov život, a nova veza njihovo srce. Nisam još sreća osobu koja je ikada požalila zarekavši Bogu: «Sve je tvoje.»

Simbolično, sakrament ispovijedi unosi u naš organizam znanje da je protivno našoj naravi izobličavati istinu. **Laganje je povreda i tijela i duha, jer ljudski energetski sustav tumači laži kao otrov. I duhu i tijelu potrebno su poštenje i integritet da bi napredovali. I to je razlog zašto je u nama ugrađena potreba da se oslobodimo svih iskrivljenosti koje smo stvorili. Ispovijed jest simbolično čišćenje svega onoga što nije pošteno u nama. Ona liječi štetu koju stvaramo svojim iskrivljenim korištenjem snage volje. Čišćenje duha je najbitniji korak u procesu iscjeljivanja.** U psihološko-duhovnim iscjeliteljskim programima, ispovijed i predaja osobne volje «snazi većoj nego čovjek» su sama osnova uspjeha. Psihoterapija je, također, suvremeni, svjetovni oblik ispovijedi. Ispovijed povlači duh iz vlasti fizičkog svijeta i preusmjerava ga u božanski svijet.

Od sefiraha Heseda, koji znači «veličina» i «ljubav», primamo prirodni nagon i duhovnu zapovijed da govorimo na način kojim nećemo povrijediti druge. Komunikacija koja koristi tu značajku energije je nenaporna. Kršimo je i trujemo se ako ne govorimo istinu. I zaista ne moramo ispovijediti drugima ono što smo krivo učinili, ako ćemo ih tim činom još više povrijediti. Stvoreni smo tako da se ispovijedamo da bismo preusmjerili svoju energiju u pozitivna djela i ponašanje te otpustili od sebe teret negativnih emocija - i onih koje izazivaju krivnju. Nismo stvoreni da kritiziramo druge ili sebe. Samo iz straha mislimo loše o drugima. Iznošenje riječi koje vrijeđaju druge truje i drugu osobu i nas same, a naše fizičko tijelo nas drži odgovornim za tu vrstu uništavanja. (U budizmu to je pravilo Ispravnog govora.) Naše urođeno znanje odgovornosti stvara krivnju koju često osjećamo zbog svojih negativnih djela i to je razlog zašto smo primorani ispovijediti se kako bismo se izliječili.

Sefirah Gevurah znači «sud» i «moć», a unosi u naš energetski sustav svijest da **nikada ne bismo trebali namjerno negativno suditi druge i sebe. Negativni sudovi stvaraju negativne posljedice kako u tijelu, tako i u vanjskom okolišu.**

**Šesta razina:** Spajanje čakre uma (Adna), sakramenta zaređenja, te sefirota Binah i Hokhmaha.

Moć stvorena tim četirima arhetipskim silama unosi u naš organizam sveto učenje **Traži samo istinu**. Iz čakre uma primamo energiju za traženje odgovora o zagonetkama s kojima se susrećemo. Dio je Božanskog plana da se pitamo: «Zašto?» i to što danas želimo znati više nego jučer. Energija koja titra iz te čakre stalno nas usmjerava da procjenjujemo istinitost i čestitost svojih uvjerenja. Kao što od rođenja instinktivno znamo, vjerovati bilo čemu ili bilo kome tko nema čestitosti, onečišćuje naš duh i tijelo.

Susrest ćemo se s okolnostima koje će biti uzrokom promjene naših uvjerenja i tako ćemo dolaziti bliže istini. U svojim vjerovanjima sazrijevamo korak po korak, iz iskustva u iskustvo. Energija iz šeste čakre nas uporno tjera da otpustimo zapažanja koja nisu istinita. Ako djelujemo protiv ove energije, svjesno sprečavajući da dublje istine uđu u naše umno polje, naš sustav zapažanja biva zamračen.

Sakrament zaređenja u doslovnom smislu označava čin zaređenja u svećenika i službeno preuzimanje životne zadaće provođenja onoga što je sveto. Svi želimo da naš doprinos u životu drugih ljudi bude vrijedan i značajan, da osjetimo da je ono što radimo sveto. (U budizmu se to naziva Ispravnim življenjem.) Bez obzira na to koja je naša životna zadaća - biti iscjelitelj, roditelj, znanstvenik, poljoprivrednik, dobar prijatelj - svatko od nas može postati posuda za božansku energiju. Simbolično, mi postižemo zaređenje kada oni s kojima živimo ili radimo prepoznaju da je doprinos koji stvaramo koristan za njihov osobni i duhovni rast. Težnja da budemo oslonac ljudima s kojima radimo i da ih ne osuđujemo, također stvara u nama protok Božanske energije. Ljudi koji zrače tu podršku i ljubav isti čas se prepoznaju kao oni koji posjeduju energiju zaređenja. Oni su posude Božanskog posredovanja. Svatko od nas ima potencijal postati takvim Božanskim protokom, biti na usluzi drugima i tako odražavati svetu energiju, što je suvremena definicija svećenstva.

Da bi nam se pomoglo postati ta vrsta posude Božanske energije i akcije, sefirah Hokhmaha unosi u naš organizam poticaj zazivanja pomoći božanske mudrosti u našu sposobnost rasuđivanja, a naročito onda kada se čini da nas ljudska logika ne vodi nikamo. Hokhmah nam pomaže naučiti stvarati ravnotežu razuma i prosudbe, uči nas biti u savezu s istinom i donositi odluke čije su posljedice najbolje za nas same i za one s kojima međusobno djelujemo.

Podrška energiji Hokhmaha je milost Binah koja pulsiranjem unosi u često puta krutu energiju ljudskog rasuđivanja, emocionalniju vezu s moći božanskog razumijevanja. Kombinacija Hokhmaha i Binah stvorena je da služi unutrašnjem sustavu vodstva, inspirirajući nas da transcendiramo ograničenja ljudske misli i dosegamo, poput biblijskog lika Salomona, umnu jasnoću koja omogućuje da se božansko rasuđivanje stopi s našim vlastitim misaonim procesom.

Što više otpuštamo svoju naučenu sklonost osuđivanju, to više otvaramo svoj um kvaliteti shvaćanja svog božanskog podrijetla. Ljudskim rasuđivanjem nikad ne možemo odgovoriti na pitanja o tajanstvu svoga života. Njime se nikada ne može objasniti složenost života - zašto se neke stvari događaju onako kako se događaju. Iskreni osjećaj mira u životu možemo doseći jedino otpuštanjem vlastite potrebe da saznamo zašto se stvari događaju u smislu ljudskog rasuđivanja, te prihvaćanjem Božanskog rasuđivanja: «Daj mi znati ono što sam sposoban znati i daj mi povjerenje da iza svih događaja, bez obzira kako bolnih, postoji razlog iz kojeg proizlazi samo dobro.»

**Sedma razina:** Spajanje čakre duha (Sahasrara), sakramenta bolesničkog pomazanja i sefiraha Ketera.

Moć stvorena tim trima arhetipskim silama unosi u naš organizam svetu istinu **Živi u sadašnjem trenutku**. Budući da smo mi u osnovi duhovna bića, naše duhovne potrebe su isto tako bitne za naše dobro kao i fizičke potrebe, pa možda i više od toga.

Čakra duha nam govori da je naš duh vječan. Mi smo više od fizičkog tijela. To je istina koja nas tješi pri kraju života i ona je dio ljudskog iskustva. Prividna veza našega tijela za kronološko vrijeme je samo privid, a zadatak našeg duha je da to otkrije. Našoj božanskoj svrsi nije prirodno dozvoliti da u mislima živimo predugo u prošlosti. Takva neravnoteža stvara vremenski plašt koji se upliće u našu sposobnost življenja u sadašnjosti i svakodnevnog primanja duhovnog vodstva. To vodstvo za nas neće imati smisla ukoliko se usredotočimo samo na otkrivanje jučerašnjih zagonetki. Ukoliko u potpunosti živimo u sadašnjem trenutku, jučerašnje zagonetke će nam se postupno otkriti.

Naš duh je instinktivno privučen ovom istinom. Iz nje primamo nadahnuće koje nas uzdiže u ekstazu. Sretni smo - i liječimo se - u trenucima ekstaze, kad nam duh nadjača tijelo, a tijelo biva sposobno reagirati na zapovijedi našega duha.

Potrebu da živimo u sadašnjem trenutku podržava sakrament posljednjeg pomazanja. Taj sakrament je stvoren da pomogne ljudima otpustiti njihov duh prije smrti. Simbolično, taj sakrament prepoznaje našu potrebu da pozovemo svoj duh natrag, da završimo nezavršen posao u različitim trenucima u životu. Energija tog sakramenta daje nam sposobnost da otpustimo svoja prošla iskustva kako ne bismo «nosili mrtve sa sobom.» Moć i simbolika ovog sakramenta se zbog toga ne ograničava samo na svršetak života. Biološki i duhovno, sve stvari moramo privesti kraju, a energiju ovog sakramenta možemo zazvati kao pomoć u tome. **Poslije bilo kojeg bolnog i traumatičnog iskustva, uvijek primamo unutrašnje vodstvo koje nam pomaže otpustiti prošlost i krenuti dalje. Kada odaberemo da prošlost bude življa nego sadašnjost, uplićemo se u tijek životne sile. Izobličavamo «sadašnjost», jer kroz prošlost počinjemo sagledavati sve ono što nam se događa «danas», a time**

**slabimo svoj duh i svoje tijelo. Razbolijevamo se od toga što predugo «nosimo mrtve» sa sobom.**

Iz sefiraha Ketera, simbola naše veze sa svijetom beskonačnoga, primamo znanje da smrt ne postoji. Postoji samo život. Nitko nije otišao prije nas, koga nećemo sresti ponovo - to je Božansko obećanje. Stvoreni smo da se smirimo u utjesi i moći ove svete istine.

Rođeni smo sa znanjem ovih sedam svetih istina. Uistinu, svatko od nas je njihovo «biološko izdanje». Kao djeca, učimo inačice tih istina kroz plemenske religiozne obrede. Pa čak ako svjesno i nismo podučeni tim istinama, one se automatski bude u nama - u našoj utrobi, umu, osjećaju za prirodan red u životu. Kako sazrijevamo, počinjemo shvaćati sadržaj tih istina sa sve većom jasnoćom i dubinom, i sposobniji smo sve više i više reagirati na njihove poruke, simbolično tumačiti njihove obavijesti i shvatiti njihove arhetipske poruke.

**Istine sadržane u svetim učenjima različitih vjerskih tradicija stvorene su da nas ujedine, a ne razjedine. Doslovno tumačenje stvara razjedinjenje, dok simbolično tumačenje - viđenje da se sve one odnose na jednak nacrt naše duhovne naravi - sjedinjuje nas. Kako pomičemo svoju pozornost od vanjskog svijeta u unutrašnji, učimo se simboličkom viđenju. Iznutra smo svi isti i duhovni izazovi s kojima se suočavamo su isti. Naše vanjske razlike su prividne i privremene; samo tjelesna uporišta. Što više budemo tragali za onim što je isto u svima nama, to će više naše simbolično viđenje stjecati snagu da nas usmjerava.**

Spajanjem hinduističke, budističke, kršćanske i židovske duhovne tradicije u jedan sustav sa zajedničkim svetim istinama, postavlja se osnova za moćan sustav vodstva koji može još više poticati naš um i tijelo da nam pokazuju kako upravljati vlastitim duhom u ovome svijetu.

U drugom dijelu sedam svetih istina bit će detaljno opisane s obzirom na njihovu prirodenu moć i s posebnim naglaskom na strahove koji su uzrokom gubitka te moći. Proučavajući te stranice proučavajte i sebe s namjerom da se poistovjetite «s onim u čije ruke ste predali svoj duh».

## DIO II

# SEDAM SVETIH ISTINA

Moje shvaćanje sustava čakri razvilo se iz mog rada kao medicinske intuitivke.

Postoji niz različitih tumačenja sustava čakri, a neke od tih motrišta dijelim i ja. Djelo **Josepha Campbella The Mythic Image** (Princeton, N.J.:Princeton University Press, 1974.) široko je prihvaćeno. **Transpersonalni filozof W. Brugh Joy, liječnik**, također govori o čakrama u djelu **A Map for the Transformational Journey** (New York: Tarcher/Putnam, 1979.). **Barbara Ann Brennan** ih koristi u svojoj praksi energetskog liječenja u knjizi **Hands of Light: A Guide to Healing Through the Human Energy Field** (Bantam, 1987.). **Harish Johari** nam daje duboko duhovno tumačenje u knjizi **Chakras: Energy Centers of Transformation** (Destiny Books, 1987.)

Djeleći svoj rad sa čitateljima ove knjige zapravo ih vodim u svoj um i laboratorij. Što se vas tiče, uzmite sa sobom samo ono što se vašem srcu i umu čini ispravnim, a ostalo ostavite.

U II dijelu govorim o svakoj čakri posebno, tako da se možete pobliže upoznati s posebnim značajkama, značenjem i sadržajem. Međutim, kada analiziram neku bolest pomoću energetske medicine, procjenjujem cijelog pacijenta, uključujući tjelesne simptome i mentalne navike, odnose, prehranu, duhovnu praksu i karijeru. Imajte to na umu dok proučavate ljudski energetski sustav. Potpuna energetska procjena mora uključivati svih sedam čakri, neovisno o području tijela koje je oboljelo, kao i sve vidove čovjekova života.

Dok budete čitali o čakrama, vidjet ćete da su područja vezana za prvu, drugu i treću čakru ona na koje većina ljudi troši energiju. Nije slučajno da je većina bolesti vezana za gubitak energije u te tri čakre. Čak kada se bolest, poput srčanog poremećaja ili raka dojke razvije u gornjem dijelu tijela, njezino **energetsko** podrijetlo se obično može povezati sa stresnim obrascima koji se tiču tri niže čakre, kao što je brak ili partnerstvo, obitelj ili zanimanje. Emocije poput bijesa i ljutnje pogađaju nas fizički ispod struka, dok emocije poput neizražene tuge povezuju se s bolešću iznad struka. Na primjer, emocije koje se kriju iza kvržica dojke i raka dojke su bol, žalost i emocionalno nedovršen posao vezan za odrastanje. Odrastanje je također povezano sa zdravljem u odnosima, a odnosi su uglavnom područja prve i druge čakre. Tako se nekoliko čakri, ako ne i sve,

moraju koristiti da biste shvatili zašto se osoba razboljela. Od svih mnogih složenih energija koje prolaze kroz naš organizam, prva čakra je daleko najsloženija jer je to početak ili korijensko energetsko središte vašega tijela.

Područja i bolesti koje su ovdje nabrojane potrebno je shvatiti ovako: negativni ekstremi bilo kojeg navedenog emocionalnog područja mogu poslužiti kao glavni utjecaj u razvoju bilo kojeg navedenog poremećaja u svakom navedenom opisu čakre.



## Energetska anatomija

ČAKRA	ORGANI	MENTALNA, EMOCIONALNA PITANJA	TJELESNI POREMEĆAJI
1	Fizički oslonac tijela Osnova kralježnice Noge, kosti Stopala Rektum Imunološki sustav	Obitelj po krvi, skupna sigurnost i zaštita Sposobnost zadovoljenja životnih potreba Sposobnost da se branimo Osjećaj da smo kod kuće Društveni i obiteljski zakon i red	Kronična bol u slabinskom dijelu leđa Išijas Varikozne vene Rektalni tumori/rak Depresija Poremećaji povezani s imunološkim sustavom
2	Spolni organi Debelo crijevo Donji kralješci Zdjelica Slijepo crijevo Mokraćni mjehur Područje bedara	Optuživanje i krivnja Novac i seks Moć i nazor Kreativnost Etičnost i poštenje u odnosima	Kronična bol u slabinskom dijelu leđa Išijas Porodiljni i ginekološki problemi Zdjelica/bol u donjem dijelu leđa Seksualna potencija Mokraćne tegobe
3	Abdomen Želudac Tanko crijevo Jetra, žučni mjehur Bubrezi, gušterača Nadbubrežne žlijezde Slezena Slabinski dio kralježnice	Povjerenje Strah i zastrašenost Samopoštovanje i samopouzdanje Skrb o sebi i drugima Odgovornost u donošenju odluka Osjetljivost na kritiku Osobna čast	Artritis Čir želuca ili dvanaesnika Tegobe s debelim/tankim crijevom Upala gušterače/dijabetes Tegobe s probavom, kronične ili akutne Anoreksija ili bulimija Disfunkcija jetre Hepatitis Disfunkcija bubrega
4	Srce i krvotok Pluća Ramena i ruke Rebra/dojke Dijafragma Prsna žlijezda	Ljubav i mržnja Zamjerenje i ogorčenost Žalost i ljutnja Usamljenost i pristajanje Opraštanje i suosjećanje Nada i povjerenje Gornji dio leđa, rame Rak dojke	Zatajenje srca Infarkt srčanog mišića (srčani napad) Prolaps srčanog zaliska Kardiomegalija Astma/alergija Rak pluća Upala bronhija

ČAKRA	ORGANI	MENTALNA, EMOCIONALNA PITANJA	TJELESNI POREMEĆAJI
	Grlo Štitnjača Dušnik Vratni kralješci	Promuklost Izbor i snaga volje Osobno izražavanje Slijeđenje svog sna	Kronična upala grla Afte u ustima Tegobe s desnim
5	Usta Zubi i desni Jednjak Hipotalamus	Korištenje osobne moći za stvaranje Ovisnost Osuda i kritika Vjera i znanje Sposobnost za donošenje odluka	Skolioza Problemi s temporoman- dibularnim zglobovima Problemi sa štitnjačom Laringitis Otečene žlijezde
	Mozak Živčani sustav Oči, uši	Samovrednovanje Istina Intelektualne sposobnosti	Tumor mozga/krvarenje/moždani udar Neurološki poremećaji
6	Nos Hipofiza Epifiza	Osjećaj prikladnosti Otvorenost idejama drugih Sposobnost učenja iz iskustva Emocionalna inteligencija	Sljepoća/gluhoća Napadaji padavice Poteškoće s učenjem Tegobe s kralježnicom
7	Mišićni sustav Koštani sustav Koža	Sposobnost povjerenja u život Vrijednosti, etika i odvažnost Humanizam Nesebičnost Sposobnost viđenja šire Perspektive Vjera i inspiracija Duhovnost i pobožnost	Energetski poremećaji Mistična depresija Kronična iscrpljenost koja nije povezana s tjelesnim poremećajem Krajnja osjetljivost na svjetlost, zvuk i druge faktore okoline

## POGLAVLJE 1

### PRVA ČAKRA: PLEMENSKA MOĆ

Energija sadržana u prvoj ili plemenskoj čakri je plemenska moć. Riječ pleme nije samo sinonim za obitelj nego arhetip i kao takav ima značenja koja su iznad uobičajenog određenja. Arhetipski, riječ «plemenski» označava skupni identitet, skupnu silu, skupnu snagu volje i skupne obrasce vjerovanja. Sva ta značenja tvore energetski sadržaj naše prve čakre. Prva čakra nas prizemljuje. Ona predstavlja našu vezu s tradicionalnim obiteljskim vjerovanjima koja podupiru oblikovanje identiteta i osjećaj pripadnosti skupini ljudi na nekom zemljopisnom području.

Da biste se povezali s energijom svoje prve čakre, na nekoliko trenutaka usredotočite svoju pozornost na nešto plemensko što povlači otonac emocionalne reakcije u vama.

- slušanje nacionalne himne
- promatranje vojne parade
- gledanje kako atletičar prima zlatnu medalju na Olimpijskim igrama
- nazočnost na vjenčanju nekoga do koga vam je stalo
- spoznaja da je dijete dobilo ime po vama

Dok se usredotočujete na iskustvo koje ste odabrali, budite svjesni da područje vašeg tijela koje stvara reakciju predstavlja vašu plemensku čakru.

**Mjesto:** Osnova kralježnice (na trtičnoj kosti).

**Energetska veza s fizičkim tijelom:** Kralježnica (leđna moždina), rektum, noge, kosti i imunološki sustav.

**Energetska veza s fizičko/mentalnim tijelom:** Prva čakra je temelj emocionalnog i mentalnog zdravlja. Emocionalna i psihološka stabilnost nastaje u obitelji i ranoj društvenoj sredini. Različite duševne bolesti nastaju kao rezultat lošeg djelovanja obitelji, uključujući višestruke osobnosti, opsesivno-kompulzivni poremećaj, depresiju, te destruktivne obrasce poput alkoholizma.

**Simbolično/opažajna veza:** Energija prve čakre očituje se u našoj potrebi za logikom, redom i strukturom. Ta energija nas orijentira u vremenu i prostoru i prema naših pet osjetila. Kao djeca, opažamo i učimo o fizičkom svijetu kroz pet osjetila. Glede energije prve čakre, imat ćemo poteškoću u tumačenju svog života na simboličan način, jer nam naših pet osjetila pružaju vjerne opažaje. Osim toga, prva čakra je i uzrok što

prihvaćamo stvari prema njihovoj vanjskoj vrijednosti. Sve dok ne postanemo stariji, nismo sposobni pronaći simbolično značenje događaja i veza.

**Veza sefirota/sakramenta:** Sefirah Šekhinah, koji doslovce označuje mističnu zajednicu Izraela, simbol je duhovnog zajedništva cijelog čovječanstva i ženskog duha Zemlje zvanog Gea. Simbolično značenje sakramenta krštenja jest poštovati biološku obitelj čovjeka kao svetu i božanski odabranu, kao prikladno pleme odakle započinje životno putovanje.

**Osnovni strahovi:** Strah u svezi preživljavanja, strah od napuštanja skupine, te gubitak reda.

**Osnovne snage:** Plemensko/obiteljski identitet, veza, plemenski kod časti. Oslonac i odanost koji daju čovjeku osjećaj sigurnosti i povezanosti s fizičkim svijetom.

**Sveta istina:** Sveta istina svojstvena prvoj čakri jest **Sve je Jedno**. Mi učimo ovu istinu i istražujemo njezinu stvaralačku snagu kroz iskustva vezana za plemenski ili skupni dinamizam. Ona nosi poruku da smo svi povezani sa sveukupnim životom i da svaki odabir kojeg napravimo i svako uvjerenje kojeg se držimo utječe na čitav život. Simbolično značenje sefiraha Šekhinah jest da smo svi dio jedne duhovne zajednice. Kao sastavni dio našeg duhovnog razvoja i biološkog zdravlja, ta sveta istina ima izraz u poštenju, odanosti, pravdi, obiteljskim i skupnim vezama, prizemljenosti, našoj potrebi za duhovnom utemeljenošću, te u sposobnosti da upravljamo snagom preživljavanja.

Počinjemo otkrivati da je **Sve Jedno** kada započinjemo život u svom plemenu ili obitelji. Biti sastavnim dijelom plemena je prvotna potreba, budući da u potpunosti ovisimo o svom plemenu za osnovne potrebe preživljavanja: hranu, zaklon i odjeću. Kao plemenska bića, energetski smo stvoreni da živimo zajedno, stvaramo zajedno, učimo zajedno, budemo zajedno i imamo potrebu jedno za drugim. Svaka naša plemenska sredina - od našeg biološkog plemena, do plemena koja stvaramo sa svojim suradnicima te naših plemenskih veza s prijateljima - osigurava bitan okoliš u okviru kojega možemo istraživati stvaralačku moć ove istine.

## Plemenska kultura

Nitko ne započinje život kao svjestan «pojedinač» sa svjesnom snagom volje. Taj se identitet javlja puno kasnije i razvoj teče u fazama od djetinjstva do zrelog doba. Započinjajući život kao dio plemena, povezujemo se s plemenskom svijesti i kolektivnom snagom volje upijajući njezine jakosti i slabosti, vjerovanja, praznovjerja i strahove.

Kroz međusobno djelovanje s obitelji i drugim skupinama, učimo se moći dijeljenja vjerovanja s drugim ljudima. Također učimo kako je bolno biti isključen iz skupine i njezine energije. Učimo se i moći dijeljenja morala i etičkog kodeksa koji se prenose s pokoljenja na pokoljenje. Taj kodeks ponašanja upravlja djecom plemena tijekom njihovih razvojnih godina, stvarajući osjećaj dostojanstva i pripadnosti.

Ako nas plemenska iskustva energetski međusobno povezuju, povezuju nas i plemenski stavovi, bili oni profinjeni poput onoga «da smo svi braća i sestre» ili praznovjerni poput onoga da «broj 13 donosi nesreću.»

Plemenska kultura i sva pitanja vezana za nju energetski su povezana za zdravlje našeg imunološkog sustava, kao i naše noge, kosti, stopala i rektum. Simbolično, imunološki sustav čini za fizičko tijelo točno ono što plemenska moć čini za skupinu: on štiti čitavo tijelo od potencijalno štetnih vanjskih utjecaja. Poremećaji povezani s imunitetom, kronični bolovi i druge poteškoće s kostima energetski se aktiviraju kroz slabost u osobnim plemenskim pitanjima. Teški plemenski izazovi uzrok su gubitka snage uglavnom iz prve čakre, čineći nas podložnim - ukoliko taj izazov postane jako velik stres - bolestima povezanim s imunološkim sustavom, od obične prehlade do lupusa.

Plemenska čakra predstavlja našu vezu i s pozitivnim i s negativnim iskustvima. Epidemije su negativna skupna iskustva kojima postajemo energetski skloni ako se naša osobna čakra boji ili ako su naši stavovi slični onim kojih se drži sveukupna kultura «prve čakre.» Virusne i druge epidemije su u velikoj mjeri odraz i trenutačnih društvenih zbivanja kulturnog plemena i zdravija «imunološkog sustava» društvenog plemena. Ovo je bitno uočiti, jer je svako od nas, kroz stavove prve čakre, povezan sa svojom kulturom i njezinim stavovima.

Dramatičan primjer sposobnosti društvene energije plemena da očituje bolest bila je epidemija poliomijelitisa (dječje paralize) oko 1930. i 1940. U listopadu 1929. godine američko gospodarstvo doživjelo je slom i počela je velika depresija koja je djelovala na cijelu naciju. Opisujući kako se američki narod osjeća, novinari, političari, poslodavci i radnici, muškarci i žene davali su izjave da se osjećaju osakaćeni zbog gospodarstvene katastrofe.

Ranih tridesetih kada se pojavila epidemija poliomijelitisa - ona je simbolično predstavljala osakaćeni duh nacije kao zajednice. Oni koji su se gospodarstveno osjećali najjače osakaćenima, bilo kroz stvarno iskustvo, bilo kroz strah od tog iskustva, energetski su bili najskloniji virusu poliomijelitisa. Budući da djeca upijaju energiju svog plemena, američka djeca su bila sklona virusnom oboljenju kao vrsti gospodarstvenog oboljenja ili nemoći. **Sve je Jedno:** kada čitavo pleme biva zaraženo strahom, ta energija se prenosi na djecu.

Taj osjećaj da su osakaćeni tako se brzo utkao u plemensku psihu da su američki glasači čak izabrali i predsjednika koji je šepao, što je bila posljedica preboljele bolesti

uzrokovane virusom poliomijelitisa. Bio je to Franklin D. Roosevelt, živi simbol tjelesne slabosti i nevjerojatne sposobnosti brzog oporavljanja. Bio je potreban plemenski događaj i iskustvo tjelesne snage - Drugi svjetski rat - da se izliječi američki plemenski duh. Osjećaj herojstva i plemenskog jedinstva, uz podršku iznenadnog porasta zaposlenosti, povratio je ponos, moć i čast svakom članu plemena.

Do kraja rata, američka nacija ponovno je preuzela ulogu globalnog vodstva. U stvari, Sjedinjene Američke Države postale su **pravim** liderom slobodnog svijeta, jer su razvile nuklearno oružje - a to je položaj koji je unio golem ponos i moć u plemensku čakru te kulture. I opet, taj oporavak se odrazio u jeziku plemenskih glasnogovornika koji su opisivali svoju netom ozdravljenu kulturu kao gospodarski «iznova na svojim nogama.» Virus poliomijelitisa se mogao pobijediti samo s tim pomakom u svijesti koji odražava izliječeni plemenski duh. Duh i stav plemena bio je na koncu jači od virusa. I nije slučajno da je Jonas Salk otkrio cjepivo protiv poliomijelitisa ranih pedesetih godina.

Suvremeniji primjer iste pokretne sile je HIV virus. U Sjedinjenim Državama taj virus je najprisutniji među korisnicima droge, prostitutkama i homoseksualcima. U drugim zemljama kao što su Rusija, te brojne afričke nacije, on se izrazito širi među onima čija kvaliteta života jedva da je dovoljna za puko preživljavanje. U Latinskoj Americi virus najviše zahvaća sredovječne žene udate za nevjerne muževe. Ti muškarci nisu homoseksualci, ali održavaju seksualne odnose s drugim muškarcima kao «macho» vježbu. Oni koji su zaraženi virusom, neovisno o načinu kako, dijele zajednički osjećaj da su žrtve svoje vlastite plemenske kulture.

Budući da je svatko žrtva nečega ili nekoga, ta svijest žrtve odražava se kroz **osjećaj** bespomoćnosti u plemenskoj kulturi, bez obzira radilo se o seksualnoj sklonosti, pomanjkanju novca ili pomanjkanju društvenog statusa. Ti Latinoamerikanci vjeruju da im manjkaju sredstva za zaštitu. HIV-pozitivne Latinoamerikanke, čak i one koje su udate za uspješne muškarce, ne mogu se suprotstaviti ponašanju svojih muževa, jer njihova kultura još ne vrednuje glas žene. Gledano simbolično, virus HIV se pojavio u američkoj kulturi kada je pitanje varanja postalo važno. Kulturna energija naše zemlje oslabljena je potrebom da se neki moraju osjećati moćnim na račun drugih osuđenih kao manje vrijednih. Izazovi za naš biološki imunitet će ići sukladno s tim.

Održavajući zdravlje naše individualne prve čakre ovisi o usmjeravanju naših osobnih plemenskih stvari. Ako se osjećamo prevareni od strane društva, na primjer, moramo postupati u skladu s tim negativnim zapažanjem tako da nam ono ne uzrokuje gubitak energije. Možemo, na primjer, dobiti psihoterapijsku podršku, postati vješti u nekom zanimanju, tragati za više simboličnim pogledom na svoju situaciju ili se politički aktivirati i mijenjati stavove društva. Poticanje ogorčenosti prema kulturnom plemenu upliće našu energiju u stalni unutrašnji sukob koji onemogućuje pristup iscjeljujućoj snazi svete istine **Sve je Jedno**.

Naše pojedinačno pleme uvodi nas u život «svijeta». Ono nas uči da je svijet ili siguran ili opasan, pun izobilja ili siromašan, obrazovan ili u neznanju, mjesto odakle se uzima ili u koje se daje. I ono šalje svoje opažaje o naravi same stvarnosti - na primjer, da je ovaj život samo jedan od mnogih ili da je ovaj život jedini koji postoji. Od svog plemena nasljeđujemo njihove stavove prema drugim religioznim, etničkim i rasnim skupinama. Naše pleme

«aktivira» naš proces mišljenja.

Svatko je čuo za etnička uopćavanja poput onog da «su svi Nijemci jako organizirani» ili da su «svi Irci dobri pripovjedači.» Svima nam je dano neko viđenje Boga ili nevidljivog svijeta i u kakvom je ono međusobnom djelovanju s nama kroz izraze: «Ne želi nikome zlo, jer će ti se to zlo vratiti i proganjati te», ili «Nemoj ismijavati nikoga, jer će te Bog kazniti.» Mi također upijamo i brojna opažanja vezana uz spol, kao: «Muškarci su pametniji od žena,» ili «Svi dječaci vole sport, a djevojčice igre s lutkama.»

Plemenska vjerovanja koja nasljeđujemo su kombinacija istine i mašte. Mnoge od njih, kao na primjer «Ubojstvo je zabranjeno», imaju vječnu vrijednost. Drugima nedostaje kvaliteta vječne istine i više su ograničena, izmišljena kako bi održavala plemena odijeljena jedna od drugih, kršeći svetu istinu da **je Sve Jedno**. Proces izazova duhovnog razvoja zadržava utjecaje koji su pozitivni i odbacuje one koji to nisu.

Naša duhovna moć raste kada smo sposobni sagledati svijet iza suprotnosti svojstvenih plemenskim učenjima i tražiti dublju razinu istine. Svaki put kada učinimo pomak prema simboličnoj svijesti, pozitivno djelujemo na svoj energetski i biološki organizam. Pozitivnom energijom također pridonosimo i kolektivnom tijelu života - globalnom plemenu. Razmislite o ovom procesu duhovnog sazrijevanja kao «duhovnoj homeopatiji.»

## **Energetska posljedica obrazaca vjerovanja**

Neovisno o "istinitosti" obiteljskih vjerovanja, svako pojedinačno usmjerava određenu mjeru naše energije u čin stvaranja. Svako vjerovanje, svaka akcija imaju izravne posljedice. Kada dijelimo obrasce vjerovanja sa skupinama ljudi, sudjelujemo u energetskim i fizičkim događajima koje stvaraju te skupine. To je stvaralački, simbolički izraz svete istine **Sve je Jedno**. Kada podržavamo kandidata koji treba postati šef države, i ako taj kandidat pobijedi, osjećamo da je naša energetska i materijalna podrška bila korisna. Nadalje, imamo neki osjećaj da će ta osoba predstavljati naše interese - to je način na koji materijalno doživljavamo moć jedinstva u istini **Sve je Jedno**.

Carl Jung je jednom primijetio da je skupna svijest «najniži» oblik svijesti, jer pojedinci uključeni u **negativnu** skupnu akciju rijetko, ako uopće ikada, prihvaćaju odgovornost za svoju osobnu ulogu i djelo. Ta stvarnost je tamna strana istine **Sve je Jedno**. U stvari, nepisano plemensko pravilo drži da vođe trebaju preuzeti odgovornost, ali ne i sljedbenici. Nürnberški proces nakon Drugog svjetskog rata klasičan je primjer ograničenja plemenske odgovornosti. Većina nacista optuženih za osmišljavanje i provođenje genocida nad jedanaest milijuna ljudi (šest milijuna Židova i pet milijuna drugih) izjavljivali su tijekom procesa da «su samo izvršavali naređenja.» Bez sumnje, u određenom trenutku oni su bili ponosni što mogu ispuniti svoje plemenske odgovornosti, ali na suđenju nisu mogli prihvatiti bilo kakvu osobnu krivnju. S obzirom na moć jedinstvenih uvjerenja - ispravnih ili krivih - teško je opirati se vlastitom plemenu. Naučeni smo odabirati ono što je u skladu s plemenskim odobravanjem, prihvaćati društvenu učtivost, način odijevanja i stavove. Simbolički, to prilagođavanje odražava jedinstvo individualne snage volje sa skupnom snagom volje.

**Moćan je to osjećaj biti u skupini ljudi ili u obitelji s kojom se osjećate duhovno, emocionalno i tjelesno ugodno. Takvo jedinstvo nas ojačava i energetski potiče našu osobnu moć i stvaralačku snagu - i to traje onoliko dugo koliko su naši odabiri u skladu s odabirima skupine. Mi se ujedinjujemo da bismo stvarali.**

**Istodobno imamo u sebi silnu urođenu želju da istražujemo svoje stvaralačke sposobnosti, da razvijamo svoju vlastitu moć i utjecaj. Ta želja je pokretačka sila iza težnje da postanemo svjesni. Univerzalno ljudsko putovanje je ono na kojem postajemo svjesni svoje moći i kako koristiti tu moć. Postati svjestan odgovornosti koja postoji u toj moći odabira predstavlja srž ovog putovanja.**

S energetskog motrišta, to osvještavanje zahtijeva ustrajnost. Krajnje je izazovno, a često vrlo bolno, procjenjivati vlastita uvjerenja i odvojiti se od onih koja više ne podupiru naš rast. Promjena je narav života, a vanjska i unutrašnja promjena su stalne. Kada se mijenjamo iznutra, nadržavamo određene obrasce uvjerenja i jačamo druge. Prvi obrasci ponašanja koje izazivamo su plemenski, jer naš duhovni razvoj slijedi strukturu našeg energetskog sustava. Čistimo svoje zamisli odozdo prema gore, započinjajući s onima koji su najranije i najosnovnije.

Procjenjivanje svojih uvjerenja je duhovna i biološka potreba. Naše fizičko tijelo, um, duh - svi trebaju nove zamisli da bi se razvijali. Neka plemena su, na primjer, jako malo svjesna važnosti tjelovježbe i zdrave prehrane, sve dok se ne razboli neki član njihove obitelji. Možda će toj oboljeloj osobi biti propisane određene vježbe ili prikladna dijeta. Kao posljedica toga, drugi članovi obitelji upoznat će sasvim drugu stvarnost glede potrebe da donesu odgovornije i svjesnije odluke o svojoj osobnoj skrbi, a to, na primjer, podrazumijeva učenje o iscjeljujućoj moći prehrane i tjelovježbe.



Viđeno simbolički, naše životne krize nam govore da se moramo osloboditi uvjerenja koja više ne služe našem osobnom razvoju. Ti trenuci kada moramo odabrati promjenu ili stagnaciju su naši najveći izazovi. Svako novo raskrižje znači ulazak u novi ciklus promjena - bez obzira odabiremo li novu dijetu ili novu duhovnu vježbu. A promjena neizbježno znači napuštanje poznatih ljudi i mjesta, te kretanje u drugu fazu života.

Mnogi ljudi koje susrećem u svojim radionicama zapeli su između dva svijeta: staroga svijeta koji moraju otpustiti i novog svijeta u koji se boje ući. Privlači nas to što postajemo «svjesni», ali istodobno to je i zastrašujuće, jer to znači da moramo preuzeti osobnu odgovornost za sebe - za svoje zdravlje, karijeru, stavove i misli. Jednom kada prihvatimo osobnu odgovornost za makar samo jedno područje života, više nikada ne možemo ponovno koristiti «plemensko razmišljanje» da bismo opravdali svoje ponašanje.

U plemenskoj svijesti osobna odgovornost nije jasno određena pa je puno lakše izbjeći posljedice osobnih odabira u plemenskom okruženju. Plemenska odgovornost širi se uglavnom na **materijalna** područja života, što znači da su pojedinci odgovorni za svoje financije, društvena pitanja, odnose i zanimanje. Pleme ne zahtijeva od članova da preuzmu osobnu odgovornost za stavove koje nasljeđuju. Prema plemenskom mišljenju, prihvatljivo je opravdati nečije predrasude time što će se reći: «Svatko u obitelji misli tako.» Krajnje je teško odustati od te zone ugone koja prati takva opravdanja. Razmislite koliko puta ste i sami rekli: **«To svatko radi, pa zašto ne bih i ja?»** **Ta izlika je najprimitivniji oblik svete istine Sve je Jedno i obično se koristi da se izbjegne odgovornost za sve vrste nemoralnih djela, od izbjegavanja plaćanja poreza do preljubništva, pa sve do zadržavanja viška sitniša od strane prodavača. Duhovno svjesni odrasli ljudi pak ne mogu više koristiti plemensko rasuđivanje. Izbjegavanje plaćanja poreza jest namjerni čin krađe. Preljubništvo jest namjerno kršenje zavjeta ženidbe, a zadržavanje viška sitniša jednako je kao da okradate trgovinu.**

Često čovjek mora istražiti svoje vezanosti za plemenske predrasude prije nego li počne ozdravljati. Tako me je jednom nazvao čovjek, po imenu Gerald i zamolio me za čitanje, rekavši da je iscrpljen. Dok sam skenirala njegovu energiju, dobila sam utisak da ima zloćudni tumor na debelom crijevu. Pitala sam ga je li bio na kakvom pregledu. Oklijevao je za trenutak, a onda rekao kako mu je upravo dijagnosticiran rak debelog crijeva. Rekao je da mu je potrebna moja pomoć kako bi uopće mogao povjerovati da se može izliječiti. Jedan dio njega nastojao je isključiti se iz njegovog plemenskog stava o raku, jer su svi u njegovoj obitelji koji su ikada oboljeli od raka, od raka i umrli, pa niti on niti itko u obitelji nije vjerovao da je rak izlječiv. Razmotrili smo nekoliko načina koji bi mogli pomoći, a među njima i terapije koje pomažu ljudima da kroz vizualizaciju razviju pozitivan stav. Značajno je to da je Gerald intuitivno shvatio da je njegova energetska veza za takav plemenski stav ozbiljan problem kao i sama bolest. U procesu

ozdravljenja, Geralda su privukle terapije koje su mu mogle pomoći da se oslobodi svog plemenskog obrasca uvjerenja o raku. Bio je spreman okušati svaku mogućnost koja mu je bila dostupna.

## Izazov otrovnoj plemenskoj moći

Od svog plemena učimo se odanosti, časti i pravednosti - a to su moralni stavovi koji su bitni za naše blagostanje i osjećaj osobne i skupne odgovornosti. Svaka od njih izražava svetu istinu prve čakre, sakramenta ili sefiraha: **Sve je Jedno**. Svaka, pak, može postati ograničavajuća ili otrovna ukoliko se tumači usko.

## Odanost

Odanost je instinkt, nepisano pravilo na koje se oslanjaju članovi plemena, naročito u vrijeme kriza. Ona je tako dio plemenskog sustava moći i često puta utjecajnija nego ljubav. Možete osjećati odanost prema članu obitelji kojeg ne volite, možete osjećati odanost prema ljudima istog etničkog podrijetla premda ih osobno i ne poznajete. Očekivanje odanosti od grupe ima golemu moć na pojedinca, naročito ako čovjek osjeća sukob u svezi privrženosti nekome ili nekakvoj stvari koja ima veliku osobnu vrijednost.

Tijekom čitanja koje sam obavila za mladog čovjeka koji se tužio na kroničan umor, primila sam utisak da su njegove noge simbolično bile u njegovom rodnom gradu. Njegova prva čakra je doslovno slala snagu iz njegovog donjeg dijela tijela i duha natrag u njegov rodni grad. Preostali dio tijela bio je s njim, da tako kažem, gdje je trenutačno živio i ta podijeljenost bila je uzrokom njegovog kroničnog umora. Kada sam mu izrekla svoj utisak, dodao je da uistinu nikad nije želio napustiti svoj rodni grad zbog toga što je cijela njegova obitelj jako ovisila o njemu, ali da ga je premjestila njegova tvrtka. Zapitala sam ga sviđa li mu se njegov posao. Odgovorio je: «Tako-tako.» Predložila sam mu neka da otkaz i vrati se kući s obzirom na to da je vrlo malo uložio u taj posao. Dva mjeseca kasnije, primila sam pismo od njega. Rekao je da je nekoliko dana nakon našeg razgovora uručio otkaz i da je taj isti tjedan otišao kući. Njegov kroničan umor bio je izliječen i premda još nije našao drugi posao, osjećao se sjajno.

Odanost je prekrasna plemenska kvaliteta, posebno onda kada se radi o svjesnoj odanosti, predanosti koja služi pojedincu kao i skupini. Krajnosti u odanosti koje štete čovjeku da se zaštiti, treba pak označiti kao obrazac uvjerenja od kojega se čovjek

treba osloboditi. Sljedeći slučaj uključuje elementarno plemensko kršenje i pojednostavljuje simbolično značenje sakramenta krštenja.

Tony, star trideset i dvije godine, sin je istočnoeuropskih doseljenika. Bilo mu je pet godina kada se njegova obitelj doselila u Sjedinjene Države, a bio je jedan od sedmero djece. Tijekom tih ranih godina stvaranja doma u novoj zemlji, njegovim je roditeljima bilo strahovito teško osigurati osnovne stvari za preživljavanje, uključujući i hranu. Kad mu je bilo osam godina, Tony je dobio posao u lokalnoj trgovini slatkišima i radio je na sitnim poslovima održavanja.

Tonyjeva obitelj mu je bila duboko zahvalna za dodatnih deset dolara koliko je tjedno zarađivao. Poslije dva mjeseca dječak je donosio kući skoro dvadeset dolara i bio je vrlo ponosan - vidio je kako su roditelji cijenili njegov doprinos obiteljskom budžetu. Jednom kada je pokretačka sila tog vrednovanja bila na svom mjestu, vlasnik trgovine se počeo Tonyju seksualno približavati. Počeli su s nježnim fizičkim dodirima, ali na kraju je to dovelo do situacije u kojoj je taj pedofil u potpunosti nadzirao mladog dječaka. On je uskoro toliko upravljao Tonyjem, da ga je ovaj morao nazivati svako veče u trgovinu i uvjeravati ga da je sve još uvijek «njihova tajna.»

Kako se taj dvostruki život nastavljao, Tonyjevo psihološko stanje postalo je razumljivo vrlo krhko. On je znao da su njegovi učestali susreti sa «čovjekom od slatkiša» nemoralni, a opet njegova obitelj je računala na njegov doprinos kućanstvu od gotovo stotinu dolara. Tony je konačno smogao snage da opiše svojoj majci - u grubim detaljima - što je morao činiti da bi zaradio mjesečnu plaću. Majka mu je zabranila da ikada govori nešto o tim stvarima. Članovi obitelji računaju na to da on zadrži taj posao, rekla je.

Tony je ostao u trgovini slatkišima dok nije napunio trinaestu godinu. Posljedice tog zlostavljanja osjećale su se i tijekom pohađanja škole. Jedva se provukao kroz prvi razred srednje škole, a u petnaestoj je prekinuo školovanje. Da bi nešto zaradio, zaposlio se kao naučnik jednog građevinskog radnika, a istodobno je počeo piti.

Alkohol je pomagao Tonyju da potisne mučna iskustva seksualnog zlostavljanja i da smiri živce. Počeo je piti svaku večer nakon posla. Do navršene šesnaeste godine postao je vješt u uličnim borbama i izazivač nereda u susjedstvu. Policija ga je dovela kući nekoliko puta zbog započinjanja borbi i manjeg vandalizma. Obitelj ga je pokušala prisiliti da prestane piti, ali nije uspjela. Tijekom jednog incidenta, kada su ga Tonyjevi prijatelji donijeli kući nakon večernjeg pijančevanja, urlao je u bijesu na svoje roditelje i braću što ga nisu spasili od «čovjeka od slatkiša». On je znao da je majka rekla ocu o zlostavljanju, jer iako mu nisu rekli da napusti posao, zabranili su mladoj braći da odlaze u taj dućan. Kasnije je shvatio da su i njegova braća razumjela što se događalo, ali su se prema tome odnosili kao šali, povremeno nabacujući da je i on uživao u tome.

S dvadeset i pet godina Tony je započeo sa svojom malom građevinskom tvrtkom. On i njegov tim od četvero ljudi obavljali su manje kućne popravke po susjedstvu. U tom

poslu uspio se održati prilično uspješno, sve dok nije navršio dvadeset i osmu. U to vrijeme njegov alkoholizam postao je tako ozbiljan da je dobivao paranoične napade, tijekom kojih je vjerovao da vidi demone koji ga okružuju i nagovaraju da se ubije. Do dvadeset i devete izgubio je svoju tvrtku i dom. U njemu je tada proradio mehanizam za preživljavanje, ali tako da se potpuno odao alkoholu. Srela sam Tonyja samo mjesec dana pošto je počeo ponovno raditi. Bio je unajmljen da uredi jednu kuću blizu moje i sreli smo se prilično slučajno. Dok je vodio svoj mali tim, pio je i za vrijeme posla. Ja sam to prokomentirala. On je odgovorio: «I vi biste pili, da imate moja sjećanja.» Pogledala sam ga i po načinu kako je držao tijelo, isti trenutak sam znala da je bio zlostavljan kao dijete. Zapitala sam ga bi li mi htio govoriti o svom djetinjstvu. Iz nekog razloga otvorio se i to se mračno poglavlje njegovog života počelo izljevati iz njega.

Nakon toga sreli smo se nekoliko puta da popričamo o njegovoj prošlosti. Slušajući ga, shvatila sam da je bol saznanja da mu njegova obitelj nije pokušala pomoći bio veći od boli seksualnog zlostavljanja. Zapravo, njegova obitelj ga je smatrala pijanicom i nije ništa drugo ni očekivala od njega u životu osim da doživljava neuspjeh za neuspjehom. Bol zbog izdaje obitelji ga je uništavala. Zanimljivo, «čovjeku od slatkiša» je već oprostio. Njegov nedovršeni posao ticao se njegove obitelji.

Dva mjeseca nakon što smo se sreli, Tony je odlučio uključiti se u program liječenja od alkoholizma. Kad je završio program, nazvao me je i podijelio sa mnom iscjeljujući utjecaj terapijskih sastanaka u tom programu. On je sada znao da se mora pozabaviti sa svojim negativnim osjećajima prema obitelji.

U terapijskim krugovima, pomirenje, češće nego inače, znači suočiti se s ljudima s kojima imate nedovršen posao i čišćenje svojih rana pred njima. U najboljem slučaju, ljudi koji su vas povrijedili ispričat će se i dogodit će se neka vrsta obnove ili zatvaranja. Tony je pak shvatio da njegova obitelj nikada neće moći shvatiti svoju izdaju prema njemu. A njegovi roditelji bi posebno bili posramljeni samim tim što bi slušali njegovu priču. Oni nisu bili emocionalno sposobni priznati da su znali što je on morao raditi da bi zaradio novac prije toliko godina. Tony se umjesto toga okrenuo molitvi i stalnoj psihoterapiji.

Pošto je nastavio s tom ozbiljnošću i predanošću molitvi duže od godinu dana, rekao mi je da je nestao bijes prema njegovoj obitelji. Vjerovala sam mu. Glede straha njegovih roditelja u svezi preživljavanja s jako malo novca u novoj zemlji, rekao je, vjerojatno je to za njih bio jedini mogući izbor. Radio je na tome da obnovi vezu s obitelji i kako se njegov novi posao razvijao, njegova obitelj je s ponosom govorila o njegovom uspjehu. Za njega je to predstavljalo ispriku za davne događaje.

Tony je mogao blagosloviti svoju obitelj i promatrati ih kao izvor snage koju je otkrio u sebi. Njegovo putovanje od izopćenja do ozdravljenja, ljubavi i prihvaćanja utjelovljuje simboličko značenje sakramenta krštenja.

Drugi čovjek, George, došao je na jednu od mojih radionica, jer ga je na to prisilila njegova žena. On nije bio tipičan sudionik. Predstavio se samo kao «promatrač» i od samog početka dao je do znanja da je taj sav «hokus-pokus» interes njegove žene, ali ne i njegov.

Započela sam radionicu s uvodom o ljudskom energetskom organizmu. George je rješavao križaljku. Drijemao je tijekom dijela predavanja o vezi između stavova i tjelesnog zdravlja. Tijekom pauze, donijela sam Georgeu šalicu kave. «Mogu li vas zainteresirati za napitak?», zapitala sam ga, nadajući se da će shvatiti znak da više volim otvorene oči svojih studenata.

Nakon pauze, skrenula sam temu na prvu čakru i narav plemenskog utjecaja. George je malo živnuo. Prvo sam pomislila da je kofein proradio u njemu, ali kako sam govorila o utjecaju ranog programiranja na naš biološki sklop, George je primijetio: «Želite li mi reći da su sve stvari koje mi je moja obitelj govorila još uvijek u mom tijelu?» Njegov ton je graničio sa sarkazmom, pa ipak, nešto na tu temu pogodilo ga je u žicu.

Rekla sam mu da vjerojatno sve ono što su mu njegovi roditelji govorili nije više u njegovom energetskom organizmu, ali da mnoge stvari jesu. «Na primjer», rekla sam, «kakva sjećanja nosite na to kako su vaši roditelji prihvaćali starenje?» Postavila sam to pitanje, jer je George upravo navršio šezdesetu. Tiho, svi sudionici radionice čekali su na Georgeov odgovor. Čim je shvatio da je privukao pozornost drugih ljudi, postao je skoro djetinjast i jako zbunjen. «Ne znam. Nisam nikada o tome razmišljao.»

«Pa, razmislite o tome sada», rekla sam i ponovila pitanje. Georgeova žena bila se već gotovo ustala sa stolca, htijući odgovoriti u njegovo ime. Pogledala sam je pogledom koji je govorio «Nemojte ni pomisliti na to», i ona se ponovno naslonila.

«Ne znam što bih rekao. Moji roditelji su mi govorili da marljivo radim i štedim novac kako bih se mogao brinuti o sebi u starosti.»

«A kada Vi namjeravate ostarjeti?», zapitala sam. George nije znao kako odgovoriti na ovo pitanje, pa sam ga izrekla drugim riječima: «Kada su vaši roditelji ostarjeli?»

«Naravno, kad su navršili šezdesetu.»

«Dakle, znači to je ono doba kada ste i vi odlučili ostarjeti - nakon upravo navršene šezdesete», rekla sam.

«Svatko ostari u šezdesetima», rekao je George. «Takav je život. To je i razlog zašto tada odlazimo u mirovinu, jer smo stari.»

Tada se otvorila poslijepodnevna diskusija oko Georgeovih komentara. George je rekao skupini da je oduvijek vjerovao da starost počinje u šezdesetoj, jer je to poruka koju su stalno naglašavali njegovi roditelji, s tim da nijedan od njih nije dočekaio sedamdesetu.

Govorili smo o tome što to znači isključiti se iz obrasca vjerovanja koji nije istinit, ali neovisno od toga ima «moć» nad vama. Na iznenađenje sviju, uključujući i njegovu ženu i mene, George je odmah shvatio tu zamisao, kao da mu je netko dao novu igračku za igranje. «Mislite li reći da ako se isključim, kako to vi kažete, iz neke zamisli, ona više nema utjecaja na mene?»

Došao je i zadnji trenutak kada je George pogledao svoju ženu i rekao: «Ne želim više biti star, a ti?» Njegova žena se stala smijati i istodobno plakati - kao i čitava radionica. Još uvijek ne razumijem zašto je Georgeovo shvaćanje «nestalo» tako brzo. Gotovo da nikada nisam srela nekoga tko je nešto shvatio tako brzo i duboko kao on kada mu je sinulo da je glavni razlog njegovog starenja bila misao da je navršio šezdesetu. Otada George uživa u životu, budući da je počeo vrednovati svoj unutrašnji osjećaj dobi, a ne onaj koji mu je nametnut društvenim pravilima.

## Čast

Pleme nije samo vezano odanošću nego i čašću. Čast svakog plemena kombinacija je religioznih i etničkih tradicija i obreda. Obredi poput krštenja ili drugih plemenskih blagoslova energetski vežu nove članove za duhovnu moć skupine. Osjećaj časti zrači snagom u nama, spaja nas s našim krvnim i etničkim rođacima i uči nas značenju držanja riječi i čestitog djelovanja.

Premda se čast obično ne smatra sastavnim dijelom zdravlja, ja sam došla do uvjerenja da ona može biti među najbitnijima, čak jednaka ljubavi. Osjećaj časti unosi vrlo snažnu i pozitivnu energiju u naš duhovni i biološki sustav, imunološki sustav, kosti i noge. **Bez časti je za pojedinca vrlo teško, ako ne i nemoguće, držati se uspravno s ponosom i dostojanstvom, jer mu nedostaje okvir odnosa za njegovo ponašanje i odabire te tako ne može imati povjerenja niti u sebe niti u druge.**

Osjećaj časti jest dio onoga čemu pleme poučava svoje članove o osnovnom plemenskom obredu vjenčanja. Kao što je jedna žena, koja je bila posljednji izdanak svoje obitelji, rekla: «Na samrti me je otac zamolio da mu obećam da ću imati dijete. Rekla sam mu da me još nijedan muškarac nije zaprosio. Njegove posljednje riječi, upućene meni, bile su: «Udaj se za bilo koga, samo produži lozu.»»

Načinom na koji se vjenčani partneri ponašaju prema etičkim standardima poučavaju sljedeće pokoljenje. Preljubništvo je zabranjeno. Pa ipak, plemenski starješine koji počine preljubu, daju svojoj djeci dozvolu da izvrđaju to pravilo kada odrastu. Otac pruža podršku svojoj obitelji. Ali otac, koji odlazi i ne obavlja ovu odgovornost, u svoju djecu usađuje poremećeno značenje predanosti i odgovornosti. Ljudi se uče da se s poštovanjem ponašaju prema drugima. Pa ipak, roditelji koji sami ne pokazuju poštovanje, rađaju djecu koja kasnije postaju odrasli ljudi bez poštovanja. Bez moralne

stabilnosti kodeksa časnog ponašanja, djeca odrastaju i postaju odrasli ljudi koji sami ne mogu ostvariti stabilan život.

Morate biti sposobni dati svoju riječ i držati je - bez obzira dajete li je drugoj osobi ili sebi. Morate moći imati povjerenja u sebe da dovršite nešto i poštujete svoje obveze. Kada nemate povjerenja u sebe, svi i sve oko vas osjećaju se prolazno i krhko, jer se i vi upravo tako osjećate. Jednom je jedan čovjek rekao: «Ne želim živjeti poput svojih roditelja, uvijek lažući jedan drugome. Ali nekako stalno razmišljam da sam i ja naslijedio tu crtu te da ću se u određenim okolnostima i ja tako ponašati.» Manjak osobne časti općenito se širi izvan granica osobnog plemena.

Sama sam srela u radionici gdje je s nama otvoreno podijelio svoju životnu priču. Odrastao je u siromaštvu, bez očevog lika. Očajnički je htio biti liderom, čak i liderom bande, jer je to postao njegov način doživljavanja časti. Zarađivao je skoro \$75.000 tjedno kao glavni diler drogom. Imao je «zaposlenike» koji su mu pomagali u baratanju s golemim količinama novca.

Jednoga dana dok je vozio auto, Sam je uključio neku radio postaju koja je upravo odašiljala talk show emisiju. I baš kad je posegnuo rukom da promijeni radio postaju, gošća emisije je počela govoriti o postojanju anđela. Rekla je da svatko od nas ima svog anđela čuvara i da ti anđeli promatraju nas i sve naše aktivnosti. I Sam se kasnije prisjetio: «Više nisam htio čuti ništa o tome, ali odjednom sam se sjećao samo bake koja mi je u djetinjstvu znala pričati priče o tome kako će me moj anđeo uvijek čuvati. Na to sam potpuno zaboravio, sve dok nisam čuo tu ženu kako govori na radiju.»

Sam je bio na putu da obavi predaju droge, ali odjednom ga je počeo mučiti osjećaj da ga njegov anđeo promatra što čini. «Jedino o čemu sam razmišljao taj cijeli dan je bilo kako ću objasniti, jednom kada umrem, što sam radio da bih zaradio za život?» Po prvi put u svom životu, Sam je osjetio da ima problem koji ne zna kako riješiti. «Mislim, imao sam puno momaka koji su računali na mene glede novca. Nisam im mogao tek reći: «Bok, gledajte, moramo promeniti stvari, jer sad imamo te anđele koji nas gledaju, a ne želimo da se oni razljute.» To su gadne face i nisam znao kako se izvući iz te situacije.»

Jednu noć, samo nekoliko dana iza radio emisije, Sam je udario autom u stup ulične rasvjete i zadobio prilično teške ozljede nogu i donjeg dijela kralježnice. Njegovi «zaposlenici» su ga uvjerali kako će oni nastaviti posao, ali Sam je doživio nesreću kao mogućnost da promijeni smjer svog života. Doktori su mu rekli da će proces ozdravljanja biti dug i spor, te da će možda imati kronične bolove do kraja svog života. Sam je započeo čitati knjige o iscjeljivanju i anđelima.

«Imao sam taj osjećaj da ću moći izliječiti noge, ukoliko obećam da se više neću vratiti na ulice. Rekao sam momcima da jednostavno više ne mogu izdržati taj pritisak, a iz nekog razloga, oni su mi povjerovali. Mislim da su htjeli preuzeti moj udio prometa,

a ja sam se s tim složio. Odselio sam se iz tog susjedstva čim sam uzmogao i iznova započeo život.»

Sam se na koncu uključio u drugi tip «bande» - skupinu mladih koju sam jedne večeri sreća blizu Udruga kršćanske mladeži. On im se posvetio pomažući im izbjeći život kakav je on vodio. «Jedva da sam išta zarađivao tih dana u usporedbi s onim prije, ali vjerujte, to uopće nije važno. Preživjet ću. A kad vidim tu djecu i kad mi oni govore o svojim snovima, kažem im da je sve moguće, jer znam da je to istina. Čak im govorim i o tome kako je važno biti ponosan na ono što rade, i ponekad im govorim o njihovim anđelima. Ta djeca mi daju osjećaj kao da imam neku svrhu u životu. Nikada prije nisam imao takav osjećaj, i'oću vam reći, da se osjećam «high» više nego s bilo kojom drogom koju sam prodavao. Po prvi put u svom životu znam što znači osjećati se čistim do dna duše i biti ponosan na ono što jesam.» On je postao drugi tip «lidera bande», inspirirajući čašću djecu s kojom radi.

Sam danas šepa, ali hoda. Šaljivo je prokomentirao: «Tko bi pomišljao da ću uspravnije stajati sada kada šepam?» Još uvijek proživljava dane strahovitih bolova, kako ih on naziva, ali njegov stav o životu je beskrajna radost. Nadahnjuje svakog tko dođe u dodir s njim, te zrači tu kvalitetu samopoštovanja koja istinski proizlazi iz njegove ljubavi prema životu. Ne sumnjam u to da je njegovo ozdravljenje bilo ubrzano otkrićem vlastite životne svrhe.

## **Pravednost**

Naša plemena uvode nas i u pojam pravednosti. Obično je to zakon «oko za oko», ili: «Ne čini drugima ono što ne želiš da drugi čine tebi», ili zakon karme: «Ono što se zavrti, vraća se vrteći se.» Plemenska pravda održava društveni poredak i može se zaokružiti na ovaj način: opravdano je tražiti osvetu za nanesena zlodjela bez povoda, opravdano je učiniti sve što je nužno da čovjek zaštiti sebe i svoju obitelj, opravdano je pomoći drugim članovima obitelji u akcijama zaštite ili osvete. Nije opravdano izlagati opasnosti bilo kojeg člana obitelji u svrhu osobnog probitka; nije opravdano ne provoditi zapovijed plemena; nije opravdano pomagati ikome koga pleme smatra opasnim. Ako se te odredbe krše, nad svakim članom koji tako čini nadvija se ozbiljna prijetnja sramote.

Kada član plemena postigne nešto što je vrijedno drugima, drugi članovi automatski dijele «energetsku nagradu.» Za nekog člana plemena nije neobično da «se prehranjuje energijom» drugog člana plemena koji je stekao javnu reputaciju. «Što je to u imenu?», ponekad se podrugljivo zapitamo. Ali prilično toga je baš u imenu - energija ponosa ili sramote koja se prenosi iz prve čakre čovjeka. Kršenje plemenske pravde, s druge strane, može dovesti do gubitka moći energetskog sustava pojedinca - u toj mjeri



da se čovjek stalno osjeća «bez temelja» te ima poteškoću ostvariti veze s drugim ljudima.

Pleme obično vjeruje da postoji «ljudski logičan» razlog zašto se stvari odvijaju onako kako se odvijaju. Takva uvjerenja dovode do velike žalosti. Neki ljudi uzaludno potroše godine nastojeći otkriti «razlog» zašto su morali izdržati određene bolne događaje. Kada ne mogu naći zadovoljavajući razlog, završavaju živeći kao u magli - nesposobni krenuti naprijed i nesposobni otpustiti prošlost. Premda je plemenski zakon nužan da bi se održao društveni poredak, on ne odražava shvaćanje neba. Razmišljajući simbolički o sakramentu krštenja, čovjek može pronaći duhovni prolaz iz stupice ljudske pravde i ući u narav božanskog shvaćanja. Ukoliko sagledamo svoje plemenske okolnosti kao «aranžirane» da potaknu duhovni razvoj, a ne tjelesnu ugodu, možemo smatrati da su bolni događaji bitni za naš osobni razvoj, a ne kazna za naša djela.

Kada plemenska pravda priječi naš duhovni razvoj, trebamo se osloboditi njezine vlasti nad individualnom moći izbora. To je jedan od najtežih izazova povezan s prvom čakrom jer često zahtijeva tjelesno odvajanje od obitelji ili skupine ljudi s kojom smo povezani.

Patrick je bio izuzetno šarmantan čovjek koji je pohađao jednu od mojih radionica. Flertovao je sa svakom ženom koja mu se približila na tri metra. Svatko tko ga je sreo, pomislio je kako je veseo, topao i drag čovjek. Bio je bolničar na odjelu za hitnu pomoć, ali i darovit pripovjedač. Kad je ispričao dijelove svog života, opčarao je sve polaznike tečaja. Čini se da je nekoliko njih primijetilo kako Patrick pati od kroničnih bolova u nogama i donjim križima. Nije mogao presjediti cijelo predavanje, nego se morao, s vremena na vrijeme, ustati i protegnuti na nekoliko trenutaka. Blago je šepao.

Svi su pretpostavljali da je Patrick i privatno ležeran kao što se predstavljao u javnosti, premda je potjecao iz Sjeverne Irske, poznate po beskrajnim vjerskim i ekonomskim sukobima, i vjerojatno je tamo vidio više žrtava prostrijeljenih hicima ili podmetnutih bombi-automobila, nego na odjelu hitne pomoći.

Jednog jutra Patrick i ja smo se sreli na doručku i zamolio me je da obavim «čitanje», premda mu je bilo neugodno pitati za to. Pitala sam ga za godine, a kako nisam bila u pravom stanju za rad, nervozno je rekao: «Dakle, koliko mislite da imam?» Isti čas sam dobila utisak da trenutačno služi vojsku i da pati od intenzivne boli u nozi zbog toga što je bio tako strašno ispremlaćen, skoro do trajne invalidnosti nogu.

«Zašto dobivam utisak da vodite dvostruki život - pola u vojsci, pola u bolnici? Jeste li uključeni u neki vid vojne organizacije?»

Čitavim tijelom i ponašanjem Patrick se isti čas ukočio. Kako se promijenio od toplog, dragog čovjeka u ledeno hladnog stranca, shvatila sam da sam upravo prekoračila opasnu granicu.

«U mom dijelu svijeta morate biti spremni zaštititi sami sebe», odgovorio je očito misleći na dugotrajne sukobe u Sjevernoj Irskoj. Pa ipak, odmah sam znala da njegova energija nije bila uključena u samoobranu, nego u agresiju. Rekla sam: «Vjerujem da je pritisak Vaše povezanosti za paravojni organizaciju uzrok nemogućnosti da izliječite svoje kronične bolove. Po mom mišljenju, trebate ograničiti svoju vezanost za tu skupinu, ako je ne i potpuno napustiti.»

Odgovorio je: «Neke stvari su moguće, neke nisu. Osoba ne može napustiti moć povijesti, bez obzira koliko to željela. I osoba ne može lako promijeniti načine kako se stvari sređuju. Osveta vodi do još veće osvete. Jedan tjedan su to moje noge, drugi tjedan njihove. To je put luđaka, ali jednom kada počnete njime putovati, ne možete skrenuti s tog puta.»

Sjedili smo nekoliko trenutaka mirno u tišini, a onda je Patrick rekao: «Moram sada ići. Mislim da smo dovoljno rekli.» Mislila sam da je htio reći kako odlazi od stola, ali zapravo, on je napustio radionicu i nikada ga više nisam srela.

Ne znam je li Patrick ikad bio prisiljen nekome oduzeti život, ali znam da je teret tog dvostrukog života bio razlogom zašto nije mogao izliječiti noge. Jednostavno nije mogao napustiti svoje «vojničko pleme», neovisno o cijeni po njegovo osobno zdravlje i neovisno o sukobu između njegovog osjećaja osobne pravde i ozračja opravdane osvete koja ga je okruživala.

Konačna poduka prve čakre jest da je jedina stvarna pravda božanski određena. Shvatila sam dubinu ove poduke dok sam radila **čitanje** za jednu ženu oboljelu od raka. Dok sam primala utiske od nje, vidjela sam sliku raspeća. Ta slika nije bila povezana s njezinom vjerom, već prije bi se moglo reći s njezinim osjećajem patnje zbog «Judinog» iskustva - radilo se o dubokoj izdaji.

Dok sam razmišljala o značenju te slike, shvatila sam da je iskustvo Jude arhetip. Razumjela sam da nas ljudsko rasuđivanje i pravda izdaju u nekom trenutku te da nemamo moć preurediti događaje u svom životu i ponovno sastaviti sve stvari prema onome kako bismo mi to htjeli. Poduka Judinog iskustva nas uči da je greška uzdati se u ljudsku pravednost i da moramo učiniti pomak od ljudskog prema Božanskom autoritetu. To znači povjerovati da našim životom upravlja «Božanska pravda», čak i onda kada to ne vidimo. Moramo težiti da ne postanemo puni gorčine i da se ne osjećamo žrtvom kada smo izdani ili ne možemo postići ono što želimo, kao što se dogodilo toj ženi koja je oboljela od raka, a što je bila posljedica njezinog iskustva izdaje. Moramo imati povjerenja u to da uopće nismo žrtve i da nas to bolno iskustvo izaziva da procijenimo na koje smo mjesto točno postavili svoju vjeru. Erikova priča je klasična ilustracija upravo tog izazova.

Erika sam srela prije nekoliko godina u radionici u Belgiji. Sjedio je tiho tijekom cijele radionice, a kada je sve bilo gotovo, obavijestio me je da je on moj vozač za Amsterdam. Bila sam iscrpljena i htjela sam spavati, ali kad smo već bili na putu, rekao je: «Dozvolite mi da Vam ispričam o sebi.» U tom trenutku taj prijedlog mi se činio tako privlačnim kao štap proboden kroz oko. Unatoč tome, rekla sam: «U redu, slušam» i do dana današnjeg zahvalna sam mu na njegovoj upornosti.

Deset godina ranije čitav Erikov život bio je uništen. Dva poslovna partnera s kojima je započeo razvijati nekoliko poslovnih pothvata, izvjestili su ga kako su odlučili da više ne žele raditi s njim. Budući da su bila dvojica prema jednom, nije mogao puno toga promijeniti u svezi te odluke. Ponudili su mu nagodbu: ili da mu daju \$35.000 u gotovini ili svu imovinu tvrtke koju su zajednički posjedovali, a koja je zapravo bila bezvrijedna.

Zabezeknut, Erik je napustio ured i otišao kući. Čim je prekoračio prag kuće, rekao je svojoj ženi: «Moram ti nešto reći», na što je ona odgovorila: «I ja tebi moram nešto reći. Želim razvod. Srela sam jednog čovjeka.»

Erik mi je rekao: «Svo troje mojih partnera razvelo se od mene u istom danu. Bio sam potpuno uništen. No, premda sam bio ateist, zaključio sam da je samo nebo moglo napraviti takav kaos iz mog života. Te noći odlučio sam se moliti. Rekao sam Bogu: «Ako Ti stojiš iza svega ovoga, reci mi. Slijedit ću bez obzira kojim putem me usmjeriš.»

«Te noći sam sanjao. U snu vozio sam auto preko Alpa tijekom strašne oluje. Na cestama je bila podmukla poledica i morao sam čvrsto prionuti uz volan kako se auto ne bi odsklizao sa ceste. U jednom trenu skoro sam izgubio nadzor nad autom i izgledalo je kao da ću se strmoglaviti niz planinu, ali nisam. Konačno sam se probio do vrha planine, a kad sam došao na sam vrh, oluja je prestala, sunce je zasjalo, a ceste su bile suhe i sigurne. Nastavio sam voziti cestom prema omanjoj kolibi gdje je za mene na prozoru bila zapaljena svijeća, a topli obrok čekao me na stolu.

Na temelju tog sna odlučio sam prihvatiti ponudu svojih partnera u imovini bezvrijedne tvrtke - jer je tvrtka proizvodila hranu za mačke, a auto koji sam vozio u snu bio je Jaguar. Moji partneri su bili oduševljeni mojim izborom, misleći kako su uštedjeli \$35.000. Znao sam, premda nisam bio siguran zašto, da sam prihvaćanjem te ponude, morao njih i svoju ženu otpustiti bez srdžbe. Morao sam se oprostiti od njih, premda, ironično, oni su bili ti koji su se riješili mene. Ubrzo nakon toga, nekoliko prilika se pojavilo u mom životu i pomoću njih je moja mala tvrtka uspjela stati na noge. I kao što je san pretkazao, prvi mjeseci rada tvrtke bile su krajnje izazovni. Ali sam znao, prema snu, da ću uspjeti i zato sam ostao uporan.

Danas imam jednu od najuspješnijih tvrtki u Belgiji i trošim puno vremena na poduzetničke pothvate. I ponovno sam se oženio, s najdivnijom ženom, nekim tko je životni partner u pravom smislu riječi. Nikada nisam očekivao da ću raditi ovo što sada radim - samo Bog je mogao znati za taj plan. Svako jutro dan započinjem molitvom, zahvaljujući se Bogu što me je odijelio od mojeg ranijeg života, jer sam nikad ne bih

smogao snage napustiti to troje ljudi. Sada, kada srećem ljude čiji život je krenuo naopako, kažem im: «Bog je iza svega. Nemojte se ništa brinuti. Zaista znam da je to činjenica.»

Svi ovi slučajevi su primjeri situacija u kojima možemo naučiti svetu istinu **Sve je Jedno**. Duhovna moć sadržana u sefirahu Šekhinah i sakramentu krštenja u kombinaciji s energijom plemenske čakre daje nam «intuiciju prve čakre». Ona nam pomaže živjeti časno jedan s drugim i napredovati iznad krivih zapažanja koje su u suprotnosti s istinom **Sve je Jedno**. Sljedeća stepenica našega razvoja bit će istražiti teme druge čakre i svetu istinu **Poštujte jedan drugoga**.

## Upitnik za testiranje

1. Koje obrasce uvjerenja ste naslijedili od svojih roditelja?
2. Koje od tih obrazaca uvjerenja još uvijek smatrate vrijednima, a koje više ne?
3. Kakva praznovjerja imate? Koja praznovjerja imaju veću moć nad vama od vaše vlastite sposobnosti rasuđivanja?
4. Imate li osobni kodeks časti? Što je to?
5. Jeste li ikad ugrozili svoj osjećaj časti? Ako jeste, da li ste poduzeli korake da ga iscijelite?
6. Imate li neke nedovršene poslove sa članovima vaše obitelji? Ako imate, nabrojite sve razloge koji vas sprečavaju da ne iscijelite svoje obiteljske odnose.
7. Navedite sve blagoslove za koje osjećate da dolaze od vaše obitelji.
8. Ukoliko sada podižete svoju obitelj, nabrojite kvalitete koje biste htjeli da vaša djeca nauče od vas.
9. Koje plemenske tradicije i obrede nastavljate vi sami i vaša obitelj?
10. Opišite one plemenske značajke u sebi koje biste htjeli ojačati i razvijati.

## POGLAVLJE 2

### DRUGA ČAKRA: MOĆ ODNOSA

Druga čakra je čakra partnerstva. Njezina energija počinje titrati i izražavati se u dobi oko sedme godine. U to vrijeme djeca počinju stvarati međusobne odnose s drugom djecom i odraslima neovisnije od svojih roditelja i kućnog okruženja.

Kroz te prve međusobne odnose ona počinju razvijati svoju osobnost, stvarati veze i istraživati svoju moć izbora. S drugom čakrom, energija se pomiče od slušanja plemenskog autoriteta na otkrivanje drugih odnosa koji zadovoljavaju osobne tjelesne potrebe. Premda je energija niže čakre ta koja nas nagoni na povezivanje s vanjskim silama, druga čakra je moćna sila.

**Mjesto:** Donji dio abdomena do pupka.

**Energetska veza s fizičkim tijelom:** Spolni organi, debelo crijevo, donji kralješci, zdjelica, područje bedara, slijepo crijevo i mokraćni mjehur.

**Energija veza s emocionalno/mentalnim tijelom:** Ta čakra se podudara s našom potrebom za odnosima s drugim ljudima i našom potrebom da do određene mjere nadziremo dinamiku svoje sredine. Sve vezanosti pomoću kojih održavamo nadzor nad vanjskim životom, kao što su vlast, drugi ljudi ili novac, kroz ovu čakru pridružuju se našem energetskom polju i fizičkom tijelu. Bolesti koje potječu iz ovog energetskog središta aktiviraju se strahom od gubitka nadzora. Rak prostate ili jajnika, kronična bol u donjem dijelu križa ili u bedrima, te artritis, samo su neki od učestalijih zdravstvenih problema. Problemi koji se javljaju u menopauzi kao što su promjene temperature i raspoloženja te depresija, energetski su poremećaji druge čakre. Tumori maternice nastaju kao posljedica umrtnjene stvaralačke energije druge čakre i životne energije usmjerene u poslove i odnose koji su završili u slijepoj ulici.

**Simbolično/opažajna:** Energija ove čakre omogućuje nam stvoriti osjećaj vlastitog identiteta i zaštitnih psiholoških granica. Kako stalno odmjeravamo svoju osobnu snagu u odnosu na vanjski svijet i njegove fizički zavodljive sile - kao što su seks, novac, stvari koje stvaraju ovisnost ili drugi ljudi - energija druge čakre zdravog tjelesnog ega održava nas u međudjelovanju s tim svijetom, a da ne moramo pregovarati ili «prodati se». To je energija samodostatnosti, instinkta opstanka samim tim što postojimo u svijetu.

**Veza sefirota/sakramenta:** Druga čakra je povezana sa sefirahom Yesoda koji predstavlja falus, mušku energije prokreacije. Ta partnerska čakra sadržava i energiju «zavjeta.» Ta prokreacijska energija je i biološka i duhovna: mi želimo stvarati djecu i želimo unijeti svoje stvaralačke ideje u materijalni oblik, a to je od bitnog značaja kako za naše tjelesno zdravlje, tako i za naše duhovno zdravlje. Sakrament pričesti podudara

se s energijom ove čakre i simbolizira odnose koje stvaramo s ljudima. Mnoge vrste pričesti simbolizira čin «zajedničke podjele kruha.»

**Osnovni strahovi:** Strahovi od gubitka nadzora, od toga da vas drugi nadziru kroz prevladavajuću moć događaja i okolnosti kao što su ovisnost, silovanje, izdaja, impotencija, financijski gubitak, napuštanje našeg osnovnog partnera ili profesionalnih kolega. Također, strah od gubitka moći tijela.

**Osnovne snage:** Sposobnost i izdržljivost da čovjek preživi financijski i materijalno sam, te da se obrani i zaštiti; instinkt «borba ili bijeg»; sposobnost preuzimanja rizika; sposobnost brzog oporavljanja od gubitka, bio to član obitelji, partner, neka svojina, zanimanje ili financije; moć pobune i ponovnog utemeljenja života, te osobna i profesionalna sposobnost za donošenje odluka i talent.

**Sveta istina:** Sveta istina svojstvena drugoj čakri je **Poštujte jedan drugoga**. Ta je istina primjenjiva na sva naša međusobna djelovanja i na sve oblike života. Iz duhovne perspektive, svaki odnos koji razvijamo, od onih najpovršnijih do najintimnijih, služi svrsi da nam se pomogne postati svjesniji. Neke veze su nužno bolne, jer učenje o nama samima i suočavanje s vlastitim ograničenjima nisu stvari koje smo skloni raditi s oduševljenjem. Često moramo biti duhovno «programirani» za takve susrete.

Arhetipske energije sefiraha Yesoda i sakrament pričesti i tjelesna energija druge čakre simboliziraju to da su odnosi u biti duhovni glasnici. Oni unose u naš život - a mi u njihov - otkrića o vlastitim jakostima i slabostima. Nijedan odnos, počevši od onog kod kuće, do onog na poslu, u društvu ili političkoj djelatnosti, nije bez duhovne vrijednosti. Svaki nam pomaže rasti kao pojedincu. Možemo lakše uočiti simboličnu vrijednost naših veza kada napustimo potrebu procjenjivanja što i tko je vrijedan, te se umjesto toga usredotočimo na poštivanje osobe i zadatka u koji je uključena.

Energiji druge čakre svojstvena je dualnost. Jedinostvena energija prve čakre koju je predstavljao plemenski um, u drugoj čakri dijeli se na polaritete. Toj podjeli sila nadjenuta su mnoga imena: **yin/yang, anima/animus, muško/žensko, sunce/mjesec**. Razumijevanje značenja tih suprotnosti je ključ za rad s područjima vezanim za drugu čakru. Energije sefiraha Yesoda i sakrament pričesti kombiniraju se s tim dualnim energijama druge čakre kako bi osigurale «privlačenje» veza koje nam pomažu u upoznavanju sebe. Dobro poznati izrazi poput onih «**Slično privlači slično**» i «**Kad je učenik spreman, učitelj će se pojaviti**» potvrđuju kako izgleda da se energija koja radi «iza scene» organizira onda kada i tamo gdje srećemo ljude - i uvijek u pravo vrijeme. **Duhovni izazov druge čakre je naučiti biti u svjesnom međudjelovanju s drugima: družiti se s ljudima koji podržavaju naš razvoj i otpuštati one veze koje priječe naš rast.**

Fizikalna znanost prepoznaje energiju druge čakre kao zakon uzroka i posljedice (za svaku akciju postoji ista i suprotna reakcija) i zakon magnetizma (predmeti suprotnih naboja se privlače). Primijenjeni na odnose, ti zakoni znače da **mi stvaramo uzorke**

**energije koji privlače ljude koji su nam na određen način suprotni, koji nas mogu nečemu poučiti. Ništa se ne događa nasumce. Prije svake veze koju smo ikad ostvarili, otvorili smo vrata s energijom koju mi stvaramo. Upravo ta činjenica čini učenje o dualizmu druge čakre tako slatkim. Što smo svjesniji, to svjesnije možemo koristiti energiju druge čakre.**

## **Moć izbora**

Energija druge čakre nam pomaže da se razvijemo iznad kolektivne energije plemena. Izbor se stvara iz suprotnosti, a dualnost druge čakre nas vječno izaziva da izaberemo između dvije suprotne strane pozitivnih i negativnih energetskih obrazaca. Svakim izborom za koji se odlučimo svemiru se pridodaje suptilna struja naše energije, a on reagira na utjecaj ljudske svijesti.

**Upravljanje moći izbora, sa svim njezinim stvaralačkim i duhovnim implikacijama jest bit ljudskog iskustva.** Sva duhovna učenja su usmjerena u to da nas potaknu prepoznati moć izbora kao onu dinamičnu silu koja pretvara naš duh u materiju, riječi u djela. **Biranje je proces stvaranja.**

Činjenica da se našim odabirima naš duh utkiva u događaje razlogom je što su velike duhovne tradicije oblikovane oko bitne poduke: **mudro izaberi, jer svaki izbor koji napraviš je stvaralački čin duhovne moći i za njega si odgovoran.** Nadalje, svaki odabir koji se čini iz vjere ima potpunu snagu neba iza sebe - i to je razlog zašto «vjera veličine gorušičinog zrna može pokrenuti planinu.» Svaki izbor učinjen iz straha, kršenje je energije vjere.

**Biranje, međutim, sadrži u sebi zagonetan vid, jer nikada nećemo saznati potpuni rezultat bilo kojeg izbora za koji se odlučimo. Osnovna poduka druge čakre je paradoksalna narav odabiranja: ono što izgleda ispravno, može se pokazati krivim. Ono što izgleda dobro, može završiti loše. Ono što izgleda lako, kaos može pokvariti.**

Paradoksalno, dok energija druge čakre ima sklonost nadzirati naš život, druga čakra nas podučava da mi ne možemo biti nadzirani. Mi smo tjelesna i energetska bića, ali kako se materijalni svijet ne može nadzirati, pred nama je zadaća da ovladamo svojim unutrašnjim reakcijama naspram vanjskoga svijeta, našim mislima i emocijama.

Unatoč toga, svi se borimo u naizgled vječnom ciklusu razočaranja u kojem pokušavamo nadzirati svoj život. Beskonačno tragamo za jednim grandioznim izborom koji bi sve u našem životu doveo u trajan red, dovoljno dugo zaustavio kretanje promjene i omogućio nam krajnji nadzor nad svim i svačim. Da li je taj izbor prava karijera? Pravi bračni partner? Pravo zemljopisno mjesto? U stalnom traganju za tim jedinim ispravnim odabirom mi dajemo oblik svom strahu od promjenjivog ritma, a on



predstavlja život sam po sebi. U traganju za jedinom vanjskom osobom ili stvari koja bi nam zauvijek donijela mir, stabilnost, ljubav i zdravlje, mi odbacujemo autentičniju moć koja leži «iza naših očiju, a ne ispred njih.» **Istina sadržana iza paradoksalne naravi dualizma je ova: nije važno što odabiremo; naša moć utjecanja na ishod leži u razlozima za opredjeljivanje na određen izbor.**

Izazov druge čakre je naučiti što nas motivira da se opredijelimo za odabire koje činimo. Kada naučimo o tim motivacijama, naučit ćemo o sadržaju svog duha. Jeste li ispunjeni strahom ili ste ispunjeni vjerom? Svaki izbor za koji se opredijelimo sadržava energiju ili straha ili vjere, a rezultat svake odluke do neke mjere odražava tu vjeru ili strah. Ta pokretačka sila izbora nam jamči da ne možemo pobjeći od sebe niti svojih odluka.

## Izbor i odnosi

Energija druge čakre je krajnje promjenjiva jer teži stvaranju. Vezana je i za pitanja preživljavanja: seks, moć i novac, te širenje veza. Kada za sebe počnemo krčiti mjesto u svijetu, unutrašnji sukob između vjere i straha često je sakriven ispod pitanja o preživljavanju koja prevladavaju našim mislima:

«Mogu li zaraditi za život? Mogu li naći partnera? Mogu li se brinuti o sebi? Tamna strana pitanja vezanih za drugu čakru sastoji se od naših najraširenijih strahova. To su strahovi od silovanja, izdaje, financijskog gubitka i siromaštva, napuštenosti, osamljenosti, impotencije i nesposobnosti da se brinemo o sebi. Svaki od tih strahova ima moć da nas nadzire i usmjerava naše akcije za čitav život. Rečeno jezikom Biblije, ti strahovi se prikazuju kao «lažni bogovi.»

Da bismo naučili o motivacijama - da bismo otkrili svoje osobne «lažne bogove» - potrebni su nam odnosi s drugima. Da bismo stvorili neki odnos, koristimo vlastitu energiju ili osobnu moć. Jednom kada ostvarimo odnos, pitamo se, često puta nesvjesno: Da li ta veza crpi moć iz mene ili ja crpim moć iz nje? Gdje ja završavam, a gdje druga osoba počinje? Što je moja moć, a što je moć druge osobe? Kompromitiram li sebe u zamjenu za sigurnost, novac ili društveni položaj? Premda su ova pitanja u biti zdrava, u većini veza počinjemo razmišljati o suprotnostima koje dovode do psihološke podjele i koje mogu izazvati sukobe: ja ili ti, moje ili tvoje, dobro ili loše, pobjednik ili gubitnik, ispravan ili pogrešan, bogat ili siromašan.

Simbolično, ti sukobi predstavljaju odnos većine ljudi spram Boga: moja moć ili Tvoja - jesi li Ti uistinu sa mnom na ovoj Zemlji ili moram li ja pokušati sam sve nadzirati? Pa čak ako je i Božanska moć na djelu iza scene, kako znati što odabrati? Taj osnovni sukob vjere prisutan je u svakoj od naših veza.

Paradoksalno, naš izazov u postupanju s tim sukobljavajućim energijama jest da ih održavamo u svijesti urođene jednote svemira. Počinjemo putovanje istraživanjem sukoba u odnosima. Odnosi mogu stvoriti sukob, sukob stvara izbor, izbor stvara pokret, pokret stvara još veći sukob. Tog se ciklusa oslobađamo na taj način što ćemo se opredijeliti za onu odluku koja transcendirira dualizam i vidljive podjele između nas i drugih, te između nas i Boga.

Sve dok se usredotočujemo na pokušaj nadziranja druge osobe i zaboravljamo da je ta osoba ogledalo koje nam zrcali natrag naše vlastite značajke, sukob održavamo živim. Ako, pak, sebe i druge promatramo u simboličkom jedinstvu, to nam pomaže prilagoditi se razlikama. To je simbolično značenje sakramenta pričesti.

## Izazov upravljanja stvaralačkom energijom

Energije druge čakre trebaju stvarati život, «pokretati Zemlju», stvoriti utisak ili pridonijeti kontinuumu života. Stvaralačka energija, za razliku od nadahnuća - što je značajka sedme čakre - u osnovi je tjelesna, zemaljska i prizemljena. To je osjećaj da je čovjek tjelesno živ. Energija druge čakre daje nam osnovne instinkte i intuiciju za preživljavanje, isto kao i želju da stvaramo glazbu, umjetnost, poeziju i arhitekturu, te znatiželju da istražujemo prirodu u znanosti i medicini. Naša stvaralačka energija uvlači nas u unutrašnji dijalog s polaritetima našega ja, s našim konfliktnim težnjama, te nas tjera stvarati vanjske veze da bismo razriješili te polaritete.

Stvaralačka energija kida naše uobičajene obrasce ponašanja, misli i odnosa. **Navika je pakao za koji se ljudi hvataju u pokušaju zaustavljanja tijeka promjene.** Ali stvaralačka energija se opire ponavljanju navike. Te dvije sile, ponavljanje i stvaralaštvo, razdvojene su u ljudskoj psihi i tjeraju nas da s osobnim značenjem preoblikujemo kaos našega svijeta.

Energija druge čakre je jedna od osnovnih izvora koje imamo za savladavanje svakodnevnih događaja u životu, osiguravajući stvaralačka rješenja za mentalne, tjelesne i duhovne probleme ili pitanja. Ometanje te energije može dovesti do impotencije, neplodnosti, vaginalnih infekcija, endometrioze i depresije. Ono također može priječiti naše duhovno sazrijevanje, kao da kaže: «Ne želim više gledati, ne želim ništa dublje razumjeti, ne želim biti u međudjelovanju s procesima učenja u životu.» Ako joj dozvolimo da teče, stvaralačka energija će stalno djelovati i preoblikovati naš život i otkriti nam zašto se stvari događaju onako kako se događaju više nego što mi to možemo sami vidjeti.

Nazvala me je žena po imenu Kate da joj obavim čitanje nakon što joj je muž, u ranim tridesetima, poginuo u automobilskoj nesreći. Sama se brinula za dvoje djece, s

na izgled minimalnim mogućnostima u borbi sa životom, jer nije imala nikakvu formalnu naobrazbu niti vještine. Kate mi je rekla da jednostavno više nema energije «živjeti dalje.»

I meni i Kate bilo je očito da je patila od depresije. Tijekom čitanja, primijetila sam da ima dobroćudnu cistu na jajniku o kojoj nije još ništa znala. Razgovarale smo o važnosti otpuštanja prošlosti i nalaženja razloga da krene naprijed, ali izgleda da je taj izazov bio previše za Kate. Rekla sam joj da posjeti doktora i da obavi pregled u svezi ciste, te da radi malu zadaću koja bi pokazivala njezinu namjeru za ponovnim izgrađivanjem života. Trebala je vizualizirati tu zadaću kao da joj ona unosi novu energiju u život. To što je imala izraslinu u području jajnika nije bilo ništa iznenađujuće, ne samo zbog toga što je izgubila muža, nego i zbog toga što je izgubila i dotadašnji način života te se sada morala suočiti i odmjeriti svoju sposobnost financijskog opstanka. **Opstanak je najvažnije pitanje druge čakre.**

Zadaća koju je Kate odabrala kao simbol njezinog novog početka bila je saditi cvijeće, što je predstavljalo novi život. Kada bi posadila neki cvijet, rekla je: «Sadim novi početak za sebe i svoju djecu.» Svaki dan je sve svjesnije radila kako bi unijela svoju energiju u sadašnjost. Odbila je dozvoliti si dugo razmišljati o proteklom životu sa svojim mužem. Otišla je i doktoru, koji je potvrdio da ima dobroćudnu cistu na jajniku. No, kako nije bila u neposrednoj opasnosti, rečeno joj je da dolazi na povremene kontrole ciste. Kate je dodala još jednu zadaću u svom vrtlarstvu. Dok je čupala korov u vrtu, rekla bi: «Vadim cistu iz svog tijela.»

Nakon šest tjedana počele su joj padati na um zamisli o tome kako bi mogla zarađivati. Bila je uvijek dobra u kućanskim poslovima kao što su kuhanje i šivanje, ali nikada nije razmišljala da bi obavljanjem takvih poslova mogla zaraditi za život. Onda ju je jednog dana nazvala prijateljica i rekla kako je upravo iščašila ručni zglob i kako ne može završiti sve kostime koje je obećala da će napraviti za lokalnu kazališnu predstavu. Bi li Kate htjela preuzeti ovaj zadatak?

Kate je prihvatila, otišla je u kazalište, dobila upute u svezi kostima i vratila se kući s materijalima i mjerama. Dok je pregledavala skice i počela se poigravati s njima, primijetila je gdje može načiniti neka poboljšanja. Nazvala je osobu odgovornu za kostime, predložila joj je neke promjene i dobila dozvolu da ih provede. Njezini su kostimi poznjeli uspjeh. Ubrzo nakon toga, Katein telefon je počeo zvoniti sa zamolbama da pomogne u drugim kazališnim projektima i kao modistica za privatnu klijentelu.

Potom je Kate otvorila modni salon i posao cvjeta. Cista na jajniku je nestala. Sada mnogima preporučuje da, kada osjete da su u slijepoj ulici i moraju započeti iznova, sade cvijeće u vrtu s mišlju: «Sada sadim stvaralačku zamisao za sebe.»

Katina priča ilustrira kako nas stvaralačka energija može natjerati na putove kojima možda nikada ne bismo krenuli, te unaprijediti moć naših pozitivnih odabira. Stvaralačka zamisao ima svoje vlastito energetsko polje i može stvoriti sinkronu uključenost ljudi i okolnosti koji su potrebni da se ta zamisao provede kroz sljedeću fazu života. Simbolično, Katina priča predstavlja nazočnost duhovnih energija sefiraha Yesoda - potrebe za stvaranjem - i sakramenta pričesti - magnetske sile koju zračimo i koja privlači pomoć onda kada nam je ta pomoć najpotrebnija.

Budući da je stvaralačka energija tako promjenjiva, a ipak tako moćna, jedan od naših najvećih izazova jest da je svjesno koristimo. Najčešće koristimo svoju kreativnost u skrovitosti svojih misli, ali stvaralačka energija je nazočna i u našem međudjelovanju s drugim ljudima. Možemo, na primjer, stvaralački mijenjati detalje priča koje pričamo drugima kako to odgovara našim ciljevima. Ili možemo manipulirati nekim, tako da dobijemo ono što želimo. To su djela kojima koristimo energiju na negativan način.

### **Ogovaranje i manipuliranje crpe moć iz druge čakre.**

**Negativna djela i negativne misli potječu iz straha.** Na primjer, strah od toga da će nas izdati druga osoba, ili strah od silovanja, ili strah da će nas netko financijski iskoristiti, određuje do koje mjere ćemo se mi ponašati na negativan način. Vjera u bilo što, pozitivna ili negativna, donosi rezultate. **Unoseći vjeru u strah, stvaraju se uništavajući rezultati, koji započinju raspadanjem naše sposobnosti da se s povjerenjem vezujemo za vanjski svijet.**

Kada nas pokreće strah, lako možemo biti zavedeni bogovima seksa, moći i novca, te svega onoga što oni predstavljaju. Jednom kada smo zavedeni, predajemo svoj nadzor zavodničkoj vlasti: osobnim vezama koje ne funkcioniraju, vanjskim izvorima novca ili sigurnosti, iskustvima kojih se sjećamo dugo nakon što ih je trebalo zaboraviti, ili ovisnosti o drogama ili alkoholu. Hipnotiziran glasom straha, čovjek nije u stanju misliti i djelovati s jasnoćom jer je zaražen strahovima koji dovode do kratkog spoja stvaralačke energije i zamisli koje skupljaju energiju iz druge čakre. Doslovce i simbolično, druga čakra je kanal rođenja. Iako novorođene ideje imaju svoje vlastito energetsko polje i borit će se za opstanak, kao što to čine i novorođene bebe, strah će često pobaciti novu ideju. Neki ljudi se boje dati zamislama - ili vezama - «prostor za disanje» koji im je potreban za napredovanje. Možda ćete se osjetiti ugroženi, na primjer, kada zamisao koju imate dosegne točku gdje trebate stručnu podršku. Ili ćete možda doći u položaj vlasnika neke zamisli - što znači, budući da ste je «zamislili», ona je vaša i zbog toga nadzirete sve i , svakoga tko je povezan s njom. Obje reakcije često završavaju u «energetskom gušenju», a to je gušeći učinak zastrašenog roditelja ili partnera koji imaju potrebu da sve nadziru.

Muškarac po imenu John pohađao je jednu od mojih radionica jer je intuitivno htio otkriti novi smjer za svoju karijeru. Od njega se uvijek očekivalo, rekao je, da započne

vlastitu videoprodukciju tvrtku. Kako se približavao njegov četrdeseti rođendan, osjećao je da je došlo vrijeme «sada ili nikada.» Pronašao je dva partnera i zajedno su započeli ono za što su se nadali da će postati uspješna korporacija. Njih trojica zajedno izradili su poslovni plan i krenuli tražiti investitore. Tijekom planiranja ili «maštanja» o projektu, sve je teklo u redu između trojice partnera. Zanimali su se svojom energijom i ambicijama i osjećali su da su predodređeni za uspjeh - uvjerenje koje je postalo još snažnije pošto su osigurali pet različitih investitora.

Ipak, priliv kapitala ih je neočekivano posvađao. Umjesto da ih pogura na sljedeću stvaralačku razinu razvoja, novac je promijenio Johnov stav. Počeo je suptilno davati do znanja da je većina zamisli plod njegovog stvaralaštva i da bi on trebao biti glavni prilikom sljedeće faze donošenja odluka. Johnovo nadmetanje s njegovim partnerima uzrokovalo je izbacivanje iz tračnica njihovog stvaralačkog poticaja i šest mjeseci kasnije, dobar dio njihovog početnog investicijskog kapitala bio je potrošen, a oni još nisu uspjeli proizvesti nijedan video projekt. Njih trojica su na koncu bili primorani okončati partnerstvo i proglasiti bankrot. John je optuživao svoje partnere za neuspjeh, uvjeren kako su oni bili ljubomorni na njegov talent.

Svojstveno potencijalu druge čakre je i potencijal sukoba. Sveta istina i tema druge čakre **Poštujte jedan drugoga** sadrži golemu duhovnu moć i rješenje za postupanje s tim duhovnim izazovom. Kada djelujemo u savezu s tom istinom, iznosimo ono što je najbolje u nama i u drugima. Simbolično, energije sefiraha Yesoda i sakramenta pričesti stvorene su za poštovanje drugog ljudskog bića, bez obzira da li intuitivno osjećamo pravu stvar koju trebamo reći nekome ili razumom shvaćamo jednaku važnost druge osobe u savezu. Stvaralaštvo je oblik pričesti koja ujedinjuje životno stvaralačke energije ljudi prema zajedničkom cilju. O stvaralaštvu se često govori kao o sijanju sjemena, što je još jedna metafora koja predstavlja energiju falusa sefiraha Yesoda.

John nije mogao shvatiti činjenicu da su i njegovi poslovni partneri imali talent, stvaralačke zamisli i ambiciju. Umjesto da to poštuje i radi s njima, on se osjećao od njih ugroženim. Kada sam obavila čitanje za njega, u nadi da ću mu pomoći otkriti uzrok njegovog straha, primila sam utisak da je njegov najveći strah bila impotencija koju je on povezo sa seksualnom impotencijom, te financijskom i stvaralačkom impotencijom. Istodobno, privlačilo ga je stvaranje s drugim ljudima. Premda se ta vrsta sukoba može razriješiti uz pomoć psihoterapije, John se opirao tom prijedlogu. Rekao je da po njegovom mišljenju svaki posao mora imati jednog vođu te da će njegov problem biti riješen ako nađe skupinu talentiranih ljudi koji će to shvatiti. Psihoterapija, rekao je John, ne bi promijenila način rukovođenja poslom onako kako je on osjećao da ga se mora voditi. I zbog toga psihoterapija ne bi bila ni od kakvog značaja. Sve dok John ne bude potaknut da se sukobi s vlastitim uvjerenjima nastavit će s pothvatima osuđenim na neuspjeh. Zaista, on je napustio radionicu odlučan da nađe drugi tim ljudi kojima bi rukovodio.

Energetski i tjelesni pobačaji, koji su posljedica straha, imaju emocionalne, a često i tjelesne posljedice. Žene koje često pobacuju jer ih odbijaju njihovi muževi ili dijete, ili zato što su u strahu da neće moći osigurati dom za svoje dijete, obično imaju poremećaj reproduktivnog sustava - tumor na maternici, na primjer. Jednom prilikom nazvao me je Norm Shealy poradi savjeta u svezi pacijentice koja je imala jako vaginalno krvarenje nepoznatog uzroka. Pošto sam procijenila njezinu energiju, primijetila sam da je imala dva pobačaja, premda nijedan nije spomenula. Pitala sam Norma: «Je li ti rekla za svoja dva pobačaja?» Norm je pitao pacijenticu za njezin osjećaj u svezi pobačaja koje nije spomenula tijekom uzimanja anamneze. Ona je tada doživjela emocionalni slom i iz nje je šiknula žalost i krivnja koje su je opterećivale godinama. Te traume su bile energetski uzrok krvarenja.

Žene koje srećem i koje su imale pobačaj po svom izboru, ne govore o tome, jer osjećaju traumu zbog toga. Zapravo, njihov osjećaj je da nije bilo pravo vrijeme da postanu majke ili da imaju još jedno dijete, a činjenica da su znale da imaju pravo donijeti odluku igrala je značajnu ulogu u tome da žive ugodno sa svojim izborom. Jedna žena mi je rekla da je prije pobačaja provela obred putem kojega je poslala poruku duhu djeteta kojeg je nosila.

Ona je poslala djetetu poruku da mu ne može osigurati stabilnu sredinu za život. Osjećala se uvjerenom u to da je poruka primljena, jer je nakon pobačaja sanjala san u kojem se susrela s duhom koji joj je rekao: «Sve je dobro.»

Energetski pobačaji, pobačavanje neke zamisli ili projekta, događaju se puno češće nego tjelesni pobačaji, kako u muškaraca tako i u žena. Kao što pobačaj fetusa može prouzročiti goleme emocionalne i psihičke ožiljke, tako i pobačaji energije ostavljaju svoje utiske. I kod muškaraca i kod žena, energetski pobačaji dovode do tjelesnih problema, među njima i neplodnosti. Mnoge žene koje su se posvetile stvaranju karijere teško zatrudne. Neki muškarci u istom položaju imaju probleme s prostatom ili poteškoće sa seksualnom potencijom.

Jedan čovjek se prisjetio kako je uložio jako puno svog vremena, energije i novca u planiranje novog posla. Budući da nije imao dovoljno novaca da započne vlastitim sredstvima, zatražio je financijsku pomoć od nekoliko prijatelja. Na temelju njihovog sigurnog obećanja, nastavio je planirati. Nakon nekoliko mjeseci rada na svim detaljima, pristupio je tim ljudima i zamolio novac koji su obećali. Svi su ustuknuli. Njegovo zamišljeno djelo se nije nikada ostvarilo i on se osjećao duboko povrijeđenim. Rekao je da nije mogao «roditi» svoju ideju. Godinama je nosio «smrt» svoga plana u tijelu poput pobačaja. Na koncu se razbolio od zloćudnog tumora na debelom crijevu i od toga je nekoliko godina kasnije umro. Njegova potreba da rodi život, koja je jednaka kako za mušku, tako i za žensku psihu, dovela je do toga da je patio od energetskog pobačaja.

Jedan drugi muškarac mi je rekao da je njegova žena imala pobačaj, a da mu nije rekla o tome, jer je osjećala da se ta odluka tiče samo nje. Kada je to otkrio, unio je energiju tog pobačaja - gnjev i krivnju - u svoj organizam. Rezultat toga je bila njegova impotencija. Njegovo tijelo je odbilo ponovno stvarati život.

## Izazov upravljanja seksualnom energijom

Seksualnost i svi naši stavovi vezani za nju oblikuju se u drugoj čakri. Seksualnost je sirova moć, moć za stvaranje jakih veza i intimnog sjedinjavanja s drugom osobom s kojom možemo začeti život i produžiti vrstu. Imati partnera i stvoriti obitelj, sa ili bez djece, predstavlja stabilnost za nas odrasle ljude. Pronalaženje životnog partnera također uključuje i stvaranje veze s osobom istoga spola. Rušenje kulturnih zabrana koje su zadržavale ljude u okviru ograničenih oblika seksualnog izražavanja, omogućilo je pojedincima da traže društvo prema svojim potrebama, a to je opet dozvolilo da homoseksualna zajednica započne svoje putovanje prema postizanju dostojanstva u okviru prevladavajućeg heteroseksualnog svijeta.

Druga čakra sadrži želju kao i sposobnost stvaranja života. Trudnoća i rođenje sjedinjuju «dualističke» sile između dvoje ljudi mnogo opipljivije nego bilo koji drugi izraz sjedinjenja.

Osim stvaranja života, seks je put samoizražavanja, sredstvo za iskazivanje svoje ugone u tjelesnom povezivanju sa svijetom oko nas. Seksualnost nas vezuje s našim vlastitim tijelom i tjelesnim potrebama, kao i s našim potencijalom za istraživanje erotskih i senzualnih vidova života. Seksualna erotika je oblik tjelesnog i emocionalnog oslobađanja, kao i duhovnog oslobađanja. Zašto duhovnog? Erotski užitak je po naravi kratkotrajan, susret u kojem otpuštamo većinu svojih tjelesnih granica da bismo u punoj mjeri uživali u tjelesnom dodiru. Kada se istražuje bez stida, erotska energija može uzdići ljudsko tijelo i duh do osjećaja ekstaze, a ponekad dovesti i do promijenjenog stanja svijesti.

Žene su primjer vječnog životnog obrasca pretvaranja energije u materiju putem trudnoće, trudova i poroda. Životni ciklus žena izražava prirodno napredovanje seksualne energije. Na primjer, **za većinu žena, kundalini, ili seksualno-duhovna energija, prirodno se počinje uzdizati oko četrdesete godine života.** Kako se uzdiže, ona aktivira čakre kroz koje prolazi. Bilo koji nezavršen posao koji počiva u nižim čakrama, obznanić će se tijekom predmenopauze ili u godinama menopauze. Kod žena koje su imale ograničen seksualni užitak, na primjer, blokiranu energiju kundalinija ili neiskorišten seksualni sok, može se očitovati u vidu promjena u raspoloženju i tjelesnoj temperaturi. Neiskorištena stvaralačka energija ili stvaralački sukobi također se mogu izraziti u vidu toga.

U žene mlađe od četrdeset godina, problemi s mjesečnicom, grčevi i PMS, klasični su pokazatelji da je ona u nekoj vrsti sukoba sa činjenicom da je žena, ili sa svojom ulogom u plemenu, ili s onim što pleme očekuje od nje. Većina problema s krvarenjem i neredovitim mjesečnicama često se pojavljuju zbog previše emocionalnih stresova u kombinaciji s uvjerenjem da čovjek nema moć nad svojim životnim odabirima, te da te odabire nadziru drugi. Poremećaji krvarenja se često pogoršavaju kada žena zadržava u sebi zbunjujuće

znakove iz svoje obitelji ili društva o svom seksualnom užitku ili seksualnim potrebama. Na primjer, žena možda želi seksualni užitak, ali osjeća krivnju u svezi njega ili ga ne može izravno zatražiti. Ona čak ne mora biti ni svjesna tog unutrašnjeg sukoba.

Problemi jajovoda i problemi s plodnošću vrte se oko ženinog «unutrašnjeg djeteta», dok sami jajovodi predstavljaju neizlječene rane iz djetinjstva ili neiskorištenu energiju. Pojavljivanje jajašaca se može spriječiti, jer ženino unutrašnje biće nije dovoljno «staro», ili dovoljno othranjeno, ili dovoljno zrelo ili dovoljno izliječeno da bi se osjećalo plodno. Taj energetske obrazac može biti u pozadini poremećaja s jajovodima. Jedan dio žene može biti u predpubertetu zbog njezine nesvjesne neodlučnosti u svezi spremnosti da stvori život, ako, na određenoj razini, ona «sama ne izađe iz jajašca.»

**Kundalini** energije su oprečne energijama psihe i tijela. One se dižu uvis spiralno oko kralježnice od osnove u prvoj čakri do vrha glave, prolazeći pri tom kroz svih sedam čakri. Kundalini joga nas uči načinu postupanja s tom energijom i postizanju kundalini iskustva, zanosnog stanja duhovne ekstaze koja se postiže discipliniranjem seksualne energije. Umjesto uobičajenog otpuštanja seksualne energije putem tjelesnog orgazma, duhovna praksa kundalini usmjerava seksualnu energiju uz kralježnicu i sve dok se ne doživi vrhunac u duhovnom sjedinjavanju s Božanskim. Mnogi su mistici govorili da je doživljavanje promijenjenog stanja svijesti tijekom dubokih trenutaka meditacije uključivalo i orgazam.

Seksualna erotika obično dovodi do orgazma. Oslobođanje tog napona energije je bitno za tjelesno, mentalno i psihološko zdravlje. Orgazam je jedan od načina - svakako jedan od najugodnijih - za oslobađanje «energetskog krša» kojeg skupljamo putem uobičajenog dodira s ljudima. Tjelovježba i stvaralaštvo su drugi poznati putovi oslobađanja. Kada, pak, osoba nema takvih otpuštanja, ta energija se taloži u organizmu i bez svjesnog rukovođenja, može dovesti do reakcija koje obuhvaćaju ljestvicu od depresije do nasilja. Također se događaju i spontana kundalini iskustva.

Nekada davno rugala bih se zamisli o seksualnom sjedinjenju koje vodi do duhovne veze. Ali duboke istine sadržane u kundalini i tantričkim učenjima su očigledne u idućoj priči.



Prije nekoliko godina sreća sam Lindu kad smo bile gošće zajedničkog prijatelja. Budući da sam imala predmenstrualne bolove, zapitala sam Lindu ima li aspirin i pri tom onako usputno rekla: «Ma, znaš kako je to.» Odgovorila je: «Ne, ne znam. U čitavom svom životu nikada nisam imala mjesečnicu.» Videći kako je promatram u nevjerici, dodala je: «Ne šalim se. Možeš me **pročitati** ako želiš.» I jesam.

Odmah sam dobila utisak da je Linda imala histerektomiju, ali utisak je bio posebno neobičan jer sam stalno imala sliku djeteta na operaciji. Istodobno, dobila sam i utisak snažne seksualne energije koja teče zdravim tokom kroz njezinu drugu čakru - slika koja se rijetko sreće u žena koje više nemaju svoje spolne organe. Prenijela sam te utiske Lindi i priznala joj da me oni jako zbunjuju.

Linda mi je s osmjehom potvrdila da je imala histerektomiju. Zatim me je uvjerala, kako će ostatak slike dobiti smisao za mene tek pošto čujem njezinu priču.

Linda i njezin muž Steve zaljubili su se u srednjoj školi negdje na početku šezdesetih. U tim danima bilo je još rijetko da tinejdžeri imaju seksualne odnose. Linda je priznala da se plašila trenutka kada će njezina veza sa Steveom postati seksualna jer joj je u šesnaestoj godini utvrđeno da ima nerazvijene spolne organe (što objašnjava zašto sam kasnije primila sliku djeteta). Normalan menstrualni ciklus za nju nije bio moguć, a još manje trudnoća. Linda je bila u škripcu zbog svog stanja. Čuvala je to kao tajnu pred Steveom, jer je shvatila da ne može imati djecu i bojala se da se neće moći udati, jer nije bila «normalna» žena. Očekivala je i da mu možda neće biti više seksualno privlačna. Nije imala pojma hoće li uopće i moći imati seksualne odnose s muškarcem, ali se silno htjela udati za Stevea.

U srednjoj školi Lindi se počelo sviđati sviranje na cimbalu, američkom narodnom instrumentu. Kao poklon za maturu, Steve joj je napravio cimbal i darovao ga joj je noć nakon položene mature. Te noći Linda i Steve su vodili ljubav. Ona mu nije odala svoju tajnu, prestrašena da će on nekako otkriti da s njom nešto nije u redu, neku abnormalnost u seksualnom činu, a to je bio njezin prvi.

Dok su vodili ljubav, Linda je počela snažno disati, ne toliko iz strasti koliko iz straha. Istodobno je ponavljala molitvu u svojoj glavi, moleći Boga da im dozvoli ostati zajedno do kraja života. Usred te kombinacije duhovne groznice i seksualne ljubavi, Linda je osjetila kako nenadan prodor energije kreće iz njezinog u Steveovo tijelo. U tom trenutku bila je uvjerenjena da će se oni oženiti, premda ne može rađati djecu.

Međutim, nekoliko dana poslije te snažne maturalne noći, Steve je objavio da neko vrijeme hoće biti sam. Iznenadnost te objave zajedno s njihovom novom tjelesnom intimnošću, uvjeralo je Lindu da je on napušta zato što s njom nešto nije u redu na seksualnom području. Zamišljala je kako je on odlučio da ne želi više biti s njom i da je odlazak iz grada bio način da joj to kaže. Prekinuli su.

Četiri godine kasnije, oboje su se oženili, ali za druge partnere. Zanimljivo je da su se oženili u istom mjesecu. Premda je Linda namjeravala svom braku dati najbolje

izglede, nikada nije prestala voljeti Stevea. U stvari, u međuvremenu je počela razmišljati kako se nemogućnost da ima djecu ili normalan seksualni život ne tiče bilo kojeg muškarca, pa niti njezinog muža. Godinu i pol dana nakon vjenčanja Linda je imala histerektomiju zbog toga što je utvrđeno da se u tom području razvio tumor.

I Linda i Steve su se nakon svojih vjenčanja odselili u gradove daleko od svog rodnog mjesta. Oba braka trajala su pet godina, i pomalo nevjerojatno, Linda i Steve su se razveli od svojih bračnih partnera u razmaku od sedam dana. Nisu kontaktirali tijekom svih tih godina, niti su bili u vezi s nekadašnjim zajedničkim prijateljima.

Kad se vratila u svoj rodni grad, Linda je došla u takvu financijsku stisku da je morala založiti sve svoje dragocjenosti, uključujući i dragi cimbal, njezinu posljednju vezu sa Steveom. Dva sata pošto je Linda izašla iz zalagaonice, Steve je ušao da bi založio svoj nakit. Ugledao je cimbal. «Koliko je dugo cimbal u trgovini?», pitao je. Kada mu je rečeno da je prodavačica cimbal praktički tek izašla iz trgovine, odlučio ju je naći, sa cimbalom u ruci. Te večeri Linda i Steve su se ponovno sjedinili i odonda se više nikada nisu rastajali. Kada je ugledao cimbal izrađen svojom rukom, ispričao joj je, sjećanja na nju su isti tren ispunila njegovo tijelo, i on je osjetio zapljuskivanje ljubavi. Znao je da je u očajnoj financijskoj situaciji jer inače nikada ne bi založila svoj cimbal.

To isto veče Linda je rekla Steveu o svom zdravstvenom stanju, uključujući i svoje uvjerenje kako ju je on napustio zbog toga što ona nije bila potpuno seksualno biće. Steve je priznao da je razlog što ju je napustio bila njihova naturalna noć. Dok su vodili ljubav po prvi put, on je osjetio energetske navalu kroz svoje tijelo, nešto što nikada prije nije doživio. Osjećao je kao da je njegovo čitavo biće sjedinjeno s njom zauvijek, ali u tom trenutku, taj osjećaj je bio euforičan. Ali kad je o tome razmišljao nekoliko dana kasnije, taj osjećaj ga je uplašio i nije mogao misliti ni o čemu drugome nego o bijegu. Linda je bila osupnuta.

Iste večeri, Linda i Steve su se odlučili vjenčati i to u roku od tjedan dana. Dok su vodili ljubav u noći ponovnog spajanja, vratila se ista navala energije i oboje su bili svjesni toga. Mislili su da se ta navala javila zbog opčinjenosti što su ponovno zajedno, ali njihov se seksualni život nastavio redovito i energija se povećavala. Steve je čitao o kundaliniju i uveo je Lindu u praksu svjesnog korištenja navale energije kako za tjelesni tako i za duhovni užitak. Priča o Steveu i Lindi mi je objasnila utisak o prodoru zdrave energije koja teče kroz njezinu drugu čakru, unatoč histerektomije.

Seksualno sjedinjavanje, osim svih tjelesnih užitaka, također simbolizira i duhovno sjedinjavanje dvoje ljudi. Možda ta seksualna energija otvara tok duhovne energije koja stvara transcendentalnu vezu između dvoje ljudi koji su duboko zaljubljeni. To je omogućilo Lindi i Steveu da postignu stanje svijesti opisano kao kundalini iskustvo, potpun izraz sjedinjene moći sefiraha Yesoda, sakramenta pričesti i druge ili partnerske čakre.

Težnja da se postigne istina **Poštujte jedan drugoga** se lako i često zasjeni tijekom seksualnih susreta, uglavnom zbog toga što seksualnu energiju nadzire strah ili neobuzdane želje. Muškarci se boje impotencije ili da nisu dovoljno muškarci, pa ipak većina plemena dozvoljava svojim dečkima da nekontrolirano seksualno djeluju sve dok ne dosegnu određenu «zrelost.» Smatra se da će se u tom trenutku njihova sposobnost da postanu seksualno odgovorni automatski probuditi. Uobičajeno plemensko zapažanje je da se mladići moraju «izdivljati» prije nego što se smire, oslobađajući promiskuitetne muškarce od osude ili njihovog vladanja. Uostalom, nadziru ih biološki nagoni.

Međutim, ženama još nije dano da istražuju svoju seksualnu narav, unatoč pokreta za oslobođenje žena starog tri desetljeća. Od žena se još uvijek zahtijeva da se pristojno ponašaju, da nadziru svoju seksualnu energiju, dok muškarci još uvijek imaju dozvolu za «divljanje». Mnoge žene se boje da će izgubiti nadzor ili da će se o njima misliti kao o seksualnim bićima. Polaznica jedne od mojih radionica je opisala kako ju je njezina mama uvijek natjerala da se osjeća «prljavo» kadgod bi se lijepo odjenula da izađe van s prijateljicama. Seksualne aluzije njezine majke su u njoj uvijek izazivale osjećaj da je privlačenje pozornosti bilo kojeg muškarca jednako prostituciji. To emocionalno napadanje njezine majke bila je povreda energije njezine kćeri.

Gledište da je seksualna energija nužna, ali isto tako uvijek «potencijalno izvan nadzora» pridonosi plemenskom stavu našeg šizofreničnog društva prema seksualnom izražavanju. On potiče žene da izgledaju seksi, djeluju seksi i odijevaju se seksi. I ako ih kao rezultat toga netko napadne, za društveni um još je uvijek neugodno ako se optuži silovatelj, zlostavljač ili ubojica. Žene koje su silovane još se uvijek pomno proučavaju u svezi odjeće koju su nosile ili svog privatnog seksualnog života. Žene koje su izmlatili ili silovali njihovi mladići ili muževi imaju podršku skupina koje su posebno organizirane za njihovu zaštitu, ali ne i od cijelog društva. Društveni um još uvijek pita silovane i zlostavljane žene pitanja kao: «Ako je on zaista tako loš, zašto ga ne napustiš?» - naglašavajući da su to stvari koje se rješavaju kroz psihoterapiju, te da nisu dovoljno ozbiljne za legalnu akciju. Kazne za manja kriminalna djela na koja se osuđuju silovatelji govore plemenskom stavu da su seksualni prekršaji donekle nelegalni nasuprot pravih društvenih okrutnih djela.

Dualizam energija druge čakre vidljiv je kroz gledište društva koje s jedne strane smatra da je seksualna energija izvan nadzora, dok s druge strane vidimo da naše pleme daje visoku vrijednost samonadzoru. Mi promatramo seksualnost kao stalnu prijetnju našoj sposobnosti upravljanja sobom i nadziranja drugih. Odnosi bilo koje vrste govore o potrebi zaštite, ali seksualne veze iznose na površinu snažne strahove, naročito strah od prevare, strah koji je tako snažan da može ugroziti intimnu vezu.

Kulturna gledišta na seksualnost različita su u različitim društvima. Puritanska povijest američke kulture kombinirana s vrijednošću koju mi pridajemo seksualnom

nadzoru, bitno pridonosi naširoko rasprostranjenom stidu koji ljudi osjećaju o svom tijelu i seksualnoj naravi. Tijekom mnogih mojih radionica, sudionici koji iznose svoje vlastite priče o neispunjenom seksualnom životu su isto tako brojni, kao i oni koji dolaze na radionice s ciljem poboljšanja svojeg zdravlja. Mnogi govore o tome kako su živjeli sa svojim partnerima godinama, čak i desetljećima, a da nikada nisu razgovarali o svojim osobnim seksualnim potrebama. Razlozi koje su naveli su inačice istog osjećaja koji se javlja u rasponu od stida do pomanjkanja svijesti o tome što to uopće znači imati osobne seksualne potrebe.

Seksualni strah koji je tako čest u našem plemenskom umu, pridonosi potrebi suvremenog društva da stvara pravila o tome što je dolično, a što nedolično seksualno ponašanje - što je još jedan paradoks vezan uz drugu čakru. Budući da se naravna energija druge čakre kreće od «ja» prema «drugima», njezin karakterističan strah stvara potrebu nadzora seksualnog ponašanja. Tako pleme proglašava pravomoćnim vjenčane i monogamne bračne parove te pokušava posramiti druge. Neke države smatraju određene tipove seksualnog ne samo nedoličnim, već i kažnjivim, neovisno od činjenice što je seksualnost dragovoljna između odraslih osoba koje pristaju na to. U najčešćem slučaju, ta zakonska kažnjivost upravljena je prema homoseksualcima.

Stid u svezi seksualnosti prenosi se na stid u svezi spolnih bolesti kao što su sifilis, herpes i AIDS. Neizbježno, ljudi oboljeli od spolno zaraznih bolesti primorani su dati svoju kratku seksualnu biografiju kako bi spriječili zaključivanje da su bolest pokupili putem nekritičnih seksualnih odnosa.

Kažnjivi seksualni prijestupi - silovanje, incest i zlostavljanje djece - više su od tjelesnog napastovanja - to su i energetski prijestupi. Netko može silovati nečije energetsko polje verbalnim zlostavljanjem ili destruktivnim stavovima. Bill, sudionik jedne radionice, imao je takvu vezu sa svojim ocem koja daje primjer emocionalnog prekršaja ili silovanja stavom.

Billov otac ga je stalno omalovažavao dok je odrastao, govoreći kako «nikad neće postići ništa u životu.» Bill je godinama pokušavao dokazati svom ocu da nije u pravu, ali nikad nije uspio u tome. Kada mu je otac umro, budući da se nikad nije usprotivio njegovoj osudi, Bill je bio emocionalno paraliziran. Patio je od kronične depresije, nije mogao zadržati posao i bio je impotentan. Premda je Billov otac oduzeo potenciju svom sinu u materijalnom svijetu, a ne u području seksualnosti, financijska produktivnost i seksualnost su energije druge čakre i blisko su povezane.

**Silovanje i incest energetskog polja potaknuti su željom da se osakati sposobnost osobe da bude neovisna i napreduje izvan nadzora druge osobe.** Spolni organi pohranjuju takve povrede nanesene negativnim uvjerenjima ili djelima. Brojni ljudi koji pate od seksualnih problema - u opsegu od impotencije do neplodnosti i raka reproduksijskih organa, sjećaju se da su bili stalno kritizirani u svezi svojih profesionalnih vještina, ambicija i postignuća kao i tjelesnog izgleda. Zapravo, njihovi

roditelji «su silovali» svoju djecu lišavajući ih osobne moći koja im je bila nužna za zdravlje i uspjeh.

Energetski prekršaji ovoga tipa mogu biti uobičajeniji nego tjelesno silovanje i incest. Kada se silovanje i incest određuju u energetskom smislu, kao silovanje energije, muškarci i žene u jednakom broju priznaju da su bili silovani. Kada zapitam sudionike radionice: «Tko od vas je ikada osjetio da vam je dostojanstvo ili samopoštovanje silovano u vašoj radnoj ili životnoj sredini?», gotovo svi dignu ruke.

Kada pak zapitam: «Koliko vas ste, ili ste bili, energetski silovatelji?», odgovor je, bez iznenađenja, nešto ograničeniji. Pa ipak **kada nas tjelesni talenti druge osobe zaplaše, te imamo ili negativan stav o toj osobi ili se zapletemo u verbalnu borbu, pokušavamo silovati tu osobu da bismo je lišili moći. Naše fizičko tijelo pohranjuje naše vlastite negativne namjere u spolnim organima: čin energetskog silovanja šteti silovatelju isto onoliko koliko i žrtvi.** Povrede drugih ljudskih bića truju energetski sustav prekršitelja i zbog toga truju i biološki organizam prekršitelja. **Energetske povrede imaju karmičku kvalitetu urođene pravde koja transcendirira materijalnu pravdu - premda se čini da ljudi kažnjivog ponašanja pobjegnu, naročito u slučajevima silovanja ili incesta, pravda se uvijek zadovoljava na energetskoj razini, bez obzira na to jesu li ti slučajevi imali svjedoka.** To je i razlog zašto duhovna učenja naglašavaju opraštanje i ohrabruju ljude da nastave sa svojim životom. Gledajući s duhovnog stajališta, smatra se da je Božanski red sila koja neprestano djeluje da bi uspostavila ravnotežu u našem životu, sila koja postaje snažnija kada možemo otpustiti svoju potrebu određivanja pravednog ishoda. Nevažno je jesmo li svjedoci izvršenju pravde ili nismo, a to je «duhovna činjenica» koju često teško probavljamo.

Seksualnost je vid razmjene, a u određenim situacijama i tip valute. Mnogi ljudi koriste seks kao sredstvo uništenja, samo da bi se osjećali poput žrtvi silovanja kada njihovi napori upravljanja nad drugima ne uspiju. Osoba koja razmjenjuje seks za željeni posao ili ga koristi da se približi čovjeku koji ima moć, izlaže se opasnosti stvaranja situacije u kojoj će netko završiti s osjećajem iskorištenosti. Ako se, pak, seks koristi za ono što bi čovjek opisao kao «poštenu razmjenu», onda ne postoji energetska vibracija silovanja.

Najstariji oblik seksualne valute je, naravno, prostitucija, čin najvećeg onesposobljavanja u kojem ljudsko biće može sudjelovati. Prostitucija nečije energije je češći prekršaj nego tjelesna prostitucija jer bezbrojne žene i muškarci nalaze se u situaciji gdje osjećaju tjelesnu sigurnost ali u tom procesu prodaju dio sebe.

## Energija novca

U psihi svakoga od nas živi element prostitucije - dio nas kojem bi vjerojatno mogla zapovijedati «prava» financijska brojka. Bez obzira pojavljuje li se naša unutrašnja prostitutka u poslovnim transakcijama ili osobnim vezama, neizbježno ćemo se sresti s njom.

Novac je poput energije koja uzima smjer ovisno o namjeri pojedinca. Međutim, vid novca koji najviše zapanjuje je činjenica da se on može utkati u ljudsku psihu kao zamjena za životnu silu. Kada ljudi izjednačuju novac sa svojom životnom energijom - često puta je to nesvjesna zamjena - posljedice su obično negativne, jer svaki dolar koji osoba potroši je i nesvjesno trošenje energije. Nestašica novca prevodi se u nestašicu energije u samom tijelu opet nesvjesno.

Krivo zapažanje novca kao životne sile, zajedno s iznenadnim gubitkom novca može potaknuti bilo koji od zdravstvenih problema: rak prostate, impotenciju, endometriozu, probleme s jajnicima, bol u donjem dijelu leđa ili išijas. Činjenica da se toliko mnogo tjelesnih problema, prouzrokovanih financijskim stresom, očituje u spolnim organima simbolički je izraz energije falusa koju predstavlja sefirah Yesod: novac je izjednačen sa seksualnom silom.

Do određene mjere svi ujedinjavamo novac i životnu silu u svojoj psihi. Naš izazov je postići, ako možemo, vezu s novcem u kojoj je on odvojen od naše životne sile, ali opet lako i prirodno privučen našoj energiji. Što je neosobniji naš odnos prema novcu, vjerojatnije je da ćemo njegovu energiju usmjeravati u svoj život kad nam bude potreban.

Ne može se zanijekati da novac ima zakrpu u simboličnom i energetskom svijetu. Izrazi poput onih: «Stavi novac tamo gdje su ti usta» ili «Razgovor je jeftin, novac govori» odnose se na kulturno gledište da ono što ljudi rade sa svojim novcem više govori o njihovim motivima nego neka izgovorena namjera.

Novac je sredstvo putem kojega objavljujemo svoja privatna uvjerenja i ciljeve. Energija prethodi akciji, a kvaliteta naših namjera umnogome pridonosi rezultatima.

Vjerovanja o novcu djeluju na duhovne stavove i praksu. Vjerovanje da Bog blagosilja one koji teže činiti dobro, dajući im financijsku nagradu, krajnje je jako, kao i vjerovanje da ćemo biti zaštićeni od siromaštva, ukoliko financijski pomažemo druge putem milostinje. Ta i mnoga druga vjerovanja istog tipa odražavaju značajnije stajalište: Bog je u dodiru s nama putem financija, a mi, suprotno tome, razgovaramo s Bogom putem svojih financijskih akcija.

Temelje li se ti stavovi na mitologiji ili istini, nevažno je. Vjerujemo puno više tim društvenim poslovicama nego što im ne vjerujemo, a na temelju same te činjenice,

trebali bismo shvatiti da smo povezali novac i vjeru. Najmudriji odnos koji možemo imati prema novcu jest da ga vidimo kao tvar koju vjera može privući u naš život.

Stavljanje vjere ispred novca svodi novac na status sluge, a ne vođe, što je prikladniji položaj za njega. Vjera koja nadržava novac omogućava osobi slijediti svoje intuitivno vodstvo, a ne prepušta nepotrebnu važnost financijskim stvarima. Očito, sve dok smo dio materijalnog svijeta moramo poštovati kodeks duga i plaćanja i zauzeti razuman stav prema novcu jer novac ne zaslužuje ništa više od toga.

Čak i početak utvrđivanja takve vjere znak je duhovnog sazrijevanja. Duhovno zrela osoba može djelovati na način koji bi financijski motiviranoj osobi izgledao glup ili rizičan. U mnogim duhovnim mitovima nebo se obraća osobi koja ima vjere i potom je usmjerava osiguravajući joj svakodnevnu «manu s neba», tako da može izvršiti danu zadaću. Takvi mitovi velikim dijelom se odnose na simbolično značenje sefiraha Yesoda. Dio primljene mane uključuje financijsku energiju. Nigdje u duhovnoj literaturi, koliko znam, nema nijednog mjesta gdje bi se netko požalio što slijedi Božansko vodstvo.

Andrew, star dvadeset i sedam godina, nazvao me je zbog «čitanja» jer je stalno sanjao jedan te isti san i htio je pomoć pri tumačenju tog sna. U svom snu Andrew se preselio u jedan grad u Montani. Nije imao posao, nije imao dom, nije imao prijatelja niti ikakvih poznanstava, budući da nikad prije toga nije bio u Montani. Pokušavao je odbaciti san, kao da je on bio neka filmska scena koja se zaglavila u njegovoj podsvijesti. Ali postupno san je doveo do osjećaja da je jedini razlog zašto je u svom sadašnjem poslu bila financijska korist. Kad me je zapitao kako meni izgleda značenje tog sna, odgovorila sam mu: «Ozbiljno bih razmislila o preseljenju u Montanu.»

Andrew je odgovorio da nikada nije bio u Montani i da nema želju ići tamo. Rekao je da bi možda trebao otići u Montanu na izlet samo da vidi kako ga se doima kraj. Potom je rekao da će razmisliti o tome i obavijestiti me.

Otprilike nakon šest mjeseci Andrew se javio. San se i dalje nastavljao, s tim da je sada osjećaj o financijskoj koristi u njemu izazivao osjećaj da je prostitutka. On je o sebi razmišljao kao časnom čovjeku, a kada mu je san pokušao reći da je ugrozio svoju čast, život mu je postao težak. Ponovno sam ga ohrabrila da posjeti Montanu, s tim da sam mu ovaj put rekla da krene čim prije može. Rekao je da će o tome ozbiljno razmisliti.

Sljedeće jutro Andrew me je nazvao i rekao mi da je dao otkaz na poslu. Objasnio je kako ga je ujutro, kad je došao u ured, spopao osjećaj da jednostavno tako mora postupiti. Kad je objavio da se seli u Montanu, njegovi kolege su pomislili da ga tamo čeka neki veliki položaj. Odgovorio im je da ne samo da nema posao, nego nema niti nikakvo obećanje za posao, te da, u stvari, slijedi svoj san.

Za manje od mjesec dana nakon otkaza Andrew se preselio u Montanu. Završio je unajmivši sobu u kući dvoje ljudi koji su posjedovali ranč. Trebali su pomoć u obavljanju

svakodnevnih poslova na ranču, pa su ga uzeli u najam. Jedna stvar je slijedila drugu i kako su mjeseci prolazili, Andrew je sve više radio rukama, a manje glavom - a to je bilo novo iskustvo za njega. Kada je došlo vrijeme božićnih blagdana, Andrew je odlučio ostati sa svojim novostečenim prijateljima ne želeći se vraćati na istok. Rančeri su imali kćer koja ih je došla posjetiti za Božić. Sljedeće ljeto Andrew se oženio njihovom kćeri i tijekom pet idućih godina naučio je kako upravljati rančem koji će on i njegova žena na poslijetku naslijediti.

Slijedeći svoj san, Andrew se prikazao kao slobodan čovjek, neovisno od toga je li to shvaćao ili ne. Njegova djela su bila njegovo očitovanje pred nebom da je za njega bilo važnije suočiti se s nepoznatim nego kompromitirati svoju čast za financijsku sigurnost. Za uzvrat, dobio je puno više nego što je ikada mogao sanjati.

Glede brojnih negativnih seksualnih poruka koje su dio naše kulture, nije lako razviti zdrav spolni život, što dobro oslikava slučaj koji slijedi.

Allen, star dvadeset i jednu godinu, nazvao me je radi «čitanja», rekavši da se boji žena i da mu je potrebna pomoć kako bi shvatio zašto je to tako. Dok sam obavljala «čitanje», shvatila sam da je impotentan i dobila sam vrlo jake utiske da je Allen sebe smatrao seksualno izopačenim. Pa ipak, nisam imala osjećaj da je zapravo ikoga napastovao. Također, nije imao ni energiju osobe koja je bila napastovana kao dijete pa sam bila smetena tim slikama. Tijekom našeg razgovora, podijelila sam s njim svoje utiske i zapitala sam ga zašto o sebi misli kao o seksualno izopačenom čovjeku. Rekao je da su, kad je bio tinejdžer, on i skupina drugih dječaka sudjelovali u, kako je on nazvao, «kružnom potezanju», odnosno grupnom činu masturbacije. Majka jednog od mladića ušla je neočekivano u sobu i histerično se izderala na njih da su redom perverznejaci i da se moraju stidjeti. Nazvala je majku svakog pojedinog mladića i rekla joj za incident, a potom je nazvala ravnatelja škole s tim da je dodala kako se dečki ne smiju pustiti blizu djevojaka niti male djece u gradu. Trač se proširio po gradu, pa su tijekom preostalih godina provedenih u srednjoj školi svi ti dečki bili društveno izbjegavani. Čim je maturirao, Allen se odselio, ali je i dalje vjerovao da je izopačen.

Allen je priznao da je impotentan i da još nikad nije imao sastanak s nekom djevojkom. Dala sam mu do znanja da su «kružna potezanja» zapravo vrlo uobičajena, tako uobičajena da se skoro smatraju obredom mladića tinejdžera. «Ne vjerujem u to», odgovorio je Allen. Složili smo se da će potražiti pomoć psihijatra kako bi riješili taj problem i kako bi on naučio da to iskustvo ne ukazuje na seksualnu izopačenost.

Oko godinu dana kasnije primila sam pismo od Allena u kojem je govorio o napretku koji je postigao kroz psihoterapiju. Pisao je da se počeo osjećati «društveno normalnim», a to je za njega bio novi osjećaj. Počeo je vezu sa ženom s kojom se osjećao dovoljno ugodno da joj je mogao ispričati o svom traumatičnom iskustvu. Ona je reagirala puna suosjećanja i to je nije odbilo. Allen se nadao da će uskoro biti u potpunosti izliječen.



Energije druge čakre tanahno iznose sjećanja koja se trebaju otpustiti, stalno nam se javljajući sa željom da djelujemo tako da postanemo cjelovitiji u tijelu i duhu.

## Etička energija

Druga čakra je etički centar u tijelu. Dok su zakoni povezani s prvom čakrom, **osobna etika i moral pripadaju drugoj čakri**. Energija sefiraha Yesoda i sakrament pričesti utječu na nas tako da imamo jak osobni etički kodeks. Pomoću njih stupamo u veze tipa jedna osoba naspram druge, a one nas i intuitivno upozoravaju na opasnosti kršenja našeg kodeksa časti.

Organi druge čakre «bilježe» naša međudjelovanja u kojima «dajemo riječ» drugim ljudima, dajemo i držimo se obećanja ili prihvaćamo njihova obećanja. Jak osobni etički kodeks zrači vidljivom kvalitetom energije. Taj dio naše biologije također prima i obećanja koja dajemo sebi, kao što su novogodišnje odluke ili druge odluke pomoću kojih moramo «preobraziti» određeno ponašanje u životu.

Fizički red, za koji je odgovorna prva čakra, djeluje na nas u smislu osjećaja sigurnosti, a njegovi zakoni djeluju na nas stvarajući osjećaj kako oko nas postoji nadzor. Etika i moral druge čakre omogućava nam jezik putem kojega možemo razgovarati s onim što prihvaćamo i s onim što ne prihvaćamo u ljudskim vezama. Etika ima golemu povezujuću moć: mi tražimo društvo onih koji poput nas imaju isti osjećaj ispravnog i pogrešnog. Kada ljudi zastrane od svog etičkog i moralnog karaktera, često ih odbacujemo iz svog kruga. Također želimo da naš Bog bude sređen Bog i vječno pokušavamo prodrijeti kroz Božanski kodeks ispravnog i pogrešnog, nagradu i kaznu, pokušavajući razumjeti zašto «se loše stvari događaju dobrim ljudima.» Tješimo se vjerujući da, ako nas ljudska pravda iznevjeri, da će se božanska pravda pobrinuti da svatko dobije svoju «pravednu slasticu».

Budući da druga čakra skriva sve naše individualne strahove glede preživljavanja, stvorili smo vanjski zakonodavni sustav koji podržava privid poštene igre. Provođenje zakonske moći, ili čak korištenje zakonskog rječnika, osigurava otpusni ventil za pritiske ugrađene u drugu čakru. Zakonski sustav, barem u teoriji, jest sredstvo određivanja krivca i kažnjavanja prekršitelja. Često se «nevina» osuda smatra pitanjem časti, a financijska nagodba koju žrtva postigne, donekle predstavlja vraćanje osobnog dostojanstva. Ta pokretna sila je društvena verzija svete istine **Poštujte jedan drugoga**.

Potrebu za poštenom igrom te zakonom i redom osjeća i naša biologija. Zbog toga pazimo na zakone tijela i zdravlja kao što su tjelovježba, ispravna prehrana, svjesno reguliranje stresa te mjera upornosti i reda. Ti zakoni ukazuju našoj fiziologiji da smo materijalno sigurni te da imamo povjerenja u svoj okoliš. Naprotiv, nestabilnost nam

diže adrenalin punom snagom i mehanizam «boriti se ili pobjeći» je u stalnom stanju pripravnosti. Fizičko tijelo ne može podnijeti duži stres bez negativne biološke reakcije. Čirevi i migrene su dva najčešća pokazatelja da je kaos u životu osobe postao nepodnošljiv.

Paul, star četrdeset i dvije godine, nazvao me je da mu obavim «čitanje» jer, rekao je, hvata ga stres vezan za njegov posao. Dok sam radila, dobivala sam utiske da otrovna energija nastoji prodrijeti u njegovu drugu čakru, kao da ga nešto ili netko pokušava nadzirati. Onda sam shvatila da Paul pati od kroničnih bolova - od migrena, preko bolova u križima i vratu, do bolova u ramenima.

Kad sam mu iznijela svoje utiske, Paul ih je potvrdio, rekavši da zadnjih deset godina pati od bolova različite jačine. Gutao je tablete kao bombone, što mi je objasnilo moj utisak da ga je nešto nadziralo: bojao se da će postati ovisnik o lijekovima protiv bolova. Izvor njegovih bolova, ukazala sam mu, bio je njegov unutrašnji pritisak da sve mora biti po planu. Kao dio te opsesije nadzora, on je morao pobijediti, neovisno od toga što je radio - ticalo se to prava, sporta, kartanja ili čak toga da svugdje mora doći prvi. Na to ga je silila potreba da nadzire, a sada ga je mučila mogućnost da će on biti nečim nadziran. Za Paula, takav razvoj značio bi gubitak vlastitog osjećaja časti. Paul je vjerovao da će, bude li nešto ili netko upravljao njegovim životom, to ugroziti njegovu čestitost. Radilo se o njegovom osobnom kodeksu časti.

Budući da je Paul bio odvjetnik, predložila sam mu da sam sa sobom napravi ugovor prema kojem bi, korak po korak, reorganizirao svoj život. Na taj bi način nadzirao postupnu promjenu svoje potrebe za nadziranjem! Sa svakim njegovim uspjehom, rekla sam mu, energija koja će se stvoriti ublažit će njegove bolove. Svidjela mu se zamisao, bez sumnje, zato što je mogao nadzirati sadržaj ugovora. Rekao mi je da će odmah sastaviti ugovor i faksirati mi kopiju što je sutradan i učinio.

Tri mjeseca kasnije Paul mi je poslao obavijest da je napredovao u ozdravljenju otkako je «stavio sebe pod ugovor» kako bi se izliječio. Jedan od načina da pobijedi svoju potrebu da bude pobjednik bila je zabrana da se kladi u bilo što. Dozvolio je da se prisilna potreba da bude pobjednikom nastavi samo kod pravnih stvari, gdje je to i bilo prikladno. Prije nije razumio, rekao je, da su svi koji su ga poznavali tumačili njegovu potrebu za pobjedom kao «pogubnu natjecateljsku narav». Bolovi su mu se smanjili, migrene prorijedile, a bol u križima gotovo nestao, tako da je ponovno mogao započeti s tjelovježbom.

Paulova priča prenosi simbolično značenje uzimanja pričesti samim sobom, što zapravo znači složiti se sa sobom i učiniti svoju osobu cjelovitom i uravnoteženom. Sve dok poremećeni dio vaše prirode negativno utječe na ostali dio organizma, vaša energija će biti iscrpljena, podijeljena u sebi. Paul je bio sposoban ostvariti uspješan ugovor sa sobom i izliječiti se.

Budući da smo mi ljudi po svojoj naravi vrsta koja traži zakon i red, lako zapadamo pod utjecaj ljudi koji projiciraju autoritet i nadziru druge. Naš instinkt povjerenja prema ljudima s kojima živimo i radimo, produžetak je energije **Poštujte jedan drugoga**. Nije prirodno osjećati da morate gledati preko ramena dok pokušavate stvoriti nešto zajedno s drugima. Pa ipak, mnogi ljudi zlorabe moć kako bi nadzirali druge, a ne da bi podržavali druge.

U okviru osobnih odnosa normalno je stvoriti skup pravila za koji se obje stranke dogovore da će poštivati: nema izvanbračnih veza, nema kockanja, nema većih kupovina bez zajedničkog dogovora, itd. Pravila čiji je cilj nadziranje emocionalnog, mentalnog, psihološkog i duhovnog rasta druge osobe su, pak, uništavajuća. Općenito, ako neki par ne može proširiti svoja prvotna pravila i granice kako bi se prilagodili osobnom rastu, ta se veza raspada. Roditelji ponekad zlostavljaju svoju djecu duhovno i emocionalno, namećući im kruta pravila kao način osiguranja svog roditeljskog autoriteta.

Osobna osveta je još jedan način zlorabe energije druge čakre. Druga čakra je centar samoobrane i oružja koje je dizajnirano tako da se nosi oko druge čakre. Premda su danas novine pune izvješća o ljudima koji pravdu izvršavaju mecima; najčešći postupci «uzimanja zakona u vlastite ruke» temelje se na osobnim, psihološkim i emocionalnim zakonima časti, kao što je želja «poravnavanja računa» s nekim tko nas je na neki način pozlijedio. **Energija osvete je jedan od najotrovnijih otrova za naš biološki sustav koji uzrokuje poremećaje u opsegu od impotencije do raka genitalnog područja.**

## Osobna moć druge čakre

Dok su kreativnost, seksualnost, moralnost i novac oblici energije ili moći druge čakre, moramo raspraviti i želju za osobnom moći. Moć je očitovanje životne sile. Potrebna nam je moć da bismo mogli živjeti, napredovati, djelovati. Bolest je, na primjer, prirodna društveno nemoćnim ljudima. Sve u našem životu je, zapravo, uključeno u naš odnos prema toj energiji nazvanoj moć.

Kada smo sa skupinom ljudi s kojima smo na neki način povezani, na razini prve čakre, doživljavamo osjet moći nalik električnoj struji. Entuzijazam sportskih navijača ili sudionika političkih skupova - koji sjedinjavaju ljude oko istog tima ili povoda - primjeri su te vrste moći. **Kvaliteta moći u drugoj čakri, međutim, izražava tu energiju u oblicima kao što su materijalizam, autoritet, nadzor, vlasništvo, seksualna privlačnost, senzualnost, erotika i ovisnost.** Svaki tjelesno zavodljiv oblik koji moć može preuzeti, energetski je povezan s drugom čakrom. A **za razliku od skupne naravi moći prve čakre, druga čakra ima narav jedan naspram jednoga.** Svatko od

nas kao pojedinac mora istražiti svoj odnos prema materijalnoj moći. Trebamo naučiti kako i kada nas nadzire vanjska moć i, ako je tako, vidjeti na koji tip moći smo najosjetljiviji.

Moć je životna sila i mi smo rođeni sa znanjem o tome. Od najranijih dana života provjeravamo sebe i svoju sposobnost da naučimo što i tko ima moć, te kako privući moć i uporabiti je. Putem tih vježbi iz djetinjstva otkrivamo što je potrebno da bismo k sebi privukli moć. Uspijemo li u tome, počinjemo sanjati o tome što bismo htjeli postići kao odrasli ljudi. Odlučimo li, pak, da nismo sposobni privući životnu silu, počinjemo živjeti nekim vidom «energetskog duga.» Zamišljamo da možemo preživjeti samo kroz energije drugih ljudi, a ne i kroz vlastitu.

Za ljude koji su uvjereni u svoju sposobnost privlačenja moći obični se snovi pretvaraju u moćne fantazije. U najgorem slučaju, oni mogu napuniti svoj um obmanama veličine. Tada je rasuđivanje pomračeno željom za moći koja rasteže pravila prihvatljivog ponašanja na taj način da uključuje sva sredstva za postizanje tog cilja. Apetit za moći može postati ovisnost koja izaziva volju Božju. Žudnja za moći, radi same moći, predmet je brojnih svetih spisa i mitova o ljudima koji su na koncu postali ponizni putem Božanskog zahvata.

Za sve nas je izazov ne ući u «celibat moći», nego postići dovoljno unutrašnje snage za ugodno međudjelovanje s tjelesnom moći, a da pri tom ne prodajemo svoj duh. Upravo na to se odnosi izraz «u ovome svijetu, ali ne od ovoga svijeta.» Opčaravaju nas ljudi koji su imuni na zavođenja materijalnog svijeta. Oni postaju naši društveni i duhovni heroji.

Ghandi je imao čist odnos naspram te moći. Njegova želja za poboljšanjem života naroda Indije bila je više nadosobno, nego osobno motivirana. U svom osobnom životu, sasvim sigurno, on je prošao velike muke u svezi moći, poglavito u svezi seksa. Ali njegove osobne patnje davale su samo veći autoritet njegovim globalnim postignućima. On je prepoznao svoje nedostatke i svjesno pokušao odvojiti svoju slabost od društvenog rada dok ju je pokušavao uporabiti u svrhu duhovnog razvoja.

Filmski lik Forrest Gump osvojio je srca milijuna, uglavnom zbog svog etičkog držanja spram moći u materijalnom svijetu. Zanimljivo, Gump na očigled nije bio duhovan i nije odbijao seks, moć i novac. Moglo bi se prije reći da je postigao sve te ciljeve druge čakre kroz svoju bezazlenost i nepristupačnost za trovanje poslovnim svijetom. Nikad nije prodao svoj duh, neovisno od straha ili usamljenosti.

Kada tijekom radionica zamolim sudionike da opišu svoj odnos prema moći, okružje se u prostoriji obično dramatično promijeni. Ta napetost djeluje na mene isključivo tako da želim ustrajati na tom pitanju. Većina ljudi promijeni položaj na stolicama tako da prekriju drugu čakru. Oni, na primjer, ili prekriže noge ili se nagnu tako da zakrile drugu čakru, stavljajući laktove na bedra ili prekriže ruke. Gledaju me na način koji kao da govori: «Bože, kakvo zanimljivo pitanje! Ali, ne približavajte mi se s njim!»

Kada počnu odgovarati, prva zborna pjesma neizostavno uključuje opise moći kao sposobnosti da se održi nadzor nad okolišem ili kao sredstvo za obavljanje stvari. Druga zborna pjesma opisuje moć kao unutrašnju snagu za nadziranje samoga sebe. Prvo izrazito svojstvo svih zajedno uzetih odgovora je taj da većina opisuje moć koja ima neki **objekt**, neovisno od toga je li taj objekt nešto u vanjskom svijetu ili čovjekova ja. Premda se unutrašnja moć sigurno prepoznaje kao ideal, u praksi ona je manje popularna nego vanjska moć, prvo zbog toga što je vanjska moć toliko praktičnija, a drugo zato što unutrašnja moć u neku ruku zahtijeva napuštanje naše veze s materijalnim svijetom.

U ovom trenutku naše evolucije, i kao kultura i kao pojedinci, možemo shvatiti da je vanjska ili materijalna moć potrebna za zdravlje. Zdravlje je izravna posljedica duhovnih i psihoterapijskih načela koje upijamo u svakodnevnom životu. I suvremena duhovnost i psihoterapija naglašavaju da je osobna moć temelj materijalnog uspjeha i duhovne ravnoteže. Ona je izravno uključena u stvaranje naših osobnih svjetova kao i u naše zdravlje.

David Chetlahe Paladin podijelio je svoju osobnu priču sa mnom 1985. Umro je 1986. Ona je svjedočanstvo da ljudski potencijal može postići kvalitetu unutrašnje moći koja se ne pokorava granicama materije. Kada sam ga srela, zračio je kvalitetom autoriteta koja je rijetka i morala sam saznati kako je postigao ono što većina ljudi teži postići. David je bio jedan od mojih najsajnijih učitelja, osoba koja je ovladala svetom istinom **Poštujte jedan drugoga** i koji je u potpunosti drugima predao energiju Yesoda i sakramenta pričesti.

David je bio Navaho Indijanac koji je odrastao u rezervatu dvadesetih i tridesetih godina dvadesetog stoljeća. Još prije navršene jedanaeste godine postao je alkoholičar. Napustio je rezervat kad mu je bilo dvanaesttrinaest godina, lutao je nekoliko mjeseci, a onda je dobio posao na trgovačkom brodu. Imao je tada petnaest godina, no svima je govorio da mu je šesnaest.

Na brodu se sprijateljio s mladim Nijemcem i s još jednim američkim Indijancem. Zajedno su obišli sve luke Tihog oceana u kojima je brod pristao. David se počeo baviti crtanjem kao hobbijem. Jedna od tema koje je crtao bili su bunker koji su Japanci izgradili na različitim otocima Južnih mora. Bila je 1941. godina.

Davidovi crteži bunkera su na koncu pali u ruke američke vojske. Kada je prebačen u vojnu službu, mislio je da će nastaviti svoj rad kao umjetnik. Umjesto toga sudjelovao je u tajnoj operaciji protiv nacista. Američka vojska je uzimala u službu Navaho i druge američke Indijance za špijunsku mrežu. Operativci su slani iza neprijateljskih linija i slali su informacije u glavnu bazu za vojne operacije u Europi. Budući da su sve radio poruke mogle biti uhvaćene, jezici Indijanaca su se koristili kao garancija da se uhvaćene poruke ne mogu prevesti.

Dok je David bio iza neprijateljskih linija, uhvatila ga je skupina nacističkih vojnika. Nacisti su ga mučili, između ostalog, i tako što su mu čavlima prikucali stopala o pod, a potom ga prisiljavali da u tom stanju danima bude u stojećem položaju. Pošto je preživio taj užas, David je bio poslan u koncentracijski logor jer je bio «niže rase.» Kad su ga gurali u vagon, osjetio je pušku na rebrima, kojom mu je naređeno da se kreće brže. Okrenuo se i ugledao lice nacističkog vojnika. Bio je to njemački momak s kojim se sprijateljio na trgovačkom brodu.

Davidov njemački prijatelj sredio je da se David premjesti u zarobljenički ratni logor, gdje je proveo ostatak ratnih godina. Kada su logori bili oslobođeni, američki vojnici su našli Davida u nesvijesti i na samrti. Kada je prebačen u Sjedinjene Države, proveo je dvije i pol godine u komi u vojnoj bolnici u mjestu Battle Creek u Michigenu. Kada je konačno izašao iz kome, tijelo mu je bilo tako slabo da nije mogao hodati. Bio je pričvršćen za teške nožne remene i koristeći štake mogao se odvući na kraću udaljenost.

David je odlučio da će se vratiti u svoj rezervat, reći posljednje "zbogom" svojim ljudima, a potom se vratiti u bolnicu veterana i ostati tamo do kraja života. Kada je stigao u rezervat, njegova obitelj i prijatelji bili su užasnuti vidjevši što je postalo od njega. Okupili su se, održali vijeće ne bi li utvrdili kako mu pomoći. Kada je sastanak vijeća završen, stariji članovi su pristupili Davidu, otkopčali remenje s nogu, zavezali mu uže o struk i bacili ga u duboku vodu. «Davide, pozovi svoj duh natrag», zapovijedili su mu. «Tvoj duh više nije u tvom tijelu. Ako ne možeš dozvati svoj duh natrag, pustit ćemo te umrijeti. Nitko ne može živjeti bez svog duha. Tvoj duh je tvoja moć.»

«Pozivanje svog duha natrag», ispričao mi je David, bio je najteži zadatak koji je ikada morao poduzeti. «To je bilo teže nego izdržati zakivanje stopala čavlima o pod. Vidio sam lica onih nacističkih vojnika. Živio sam sve te mjeseci u zarobljeničkom logoru. Znao sam da moram otpustiti svoj bijes i mržnju. Jedva sam se spasio od utapanja, ali sam molio da bijes izađe iz mog tijela. To je sve što sam molio i moje molitve bile su uslišane.»

Davidu su se noge oporavile tako da je mogao normalno hodati. Potom je postao šaman, kršćanski svećenik i iscjelitelj. Također se vratio i crtanju i stekao reputaciju izuzetno talentiranog umjetnika.

David Chetlathe Paladin zračio je kvalitetom moći koja se osjećala kao sama milost. Budući da je preživio najmračniju stranu moći, on je transcendirao tu tamu i proveo ostatak svog života iscjeljujući ljude i nadahnjujući ih «da pozovu natrag svoju moć» iz iskustava koja crpe životnu silu iz njihovih tijela.

Glavno pitanje u sjedinjavanju dvostrukih energija u našim odnosima je naučiti kako **Poštovati jedan drugoga**. Koristeći energiju druge čakre, stvaralačku silu sefiraha Yesoda i simboličko viđenje sakramenta pričesti, možemo naučiti cijeniti svete veze

koje ostvarujemo jedni s drugima tijekom svog života. Način na koji reagiramo na vanjske izazove, određen je upravo onim kako reagiramo na sebe. Uz sve odnose koje imamo s ljudima, moramo stvoriti i zdrav odnos pun ljubavi prema sebi - a to je zadatak koji pripada energiji treće čakre.

## Upitnik za testiranje

1. Kakvo je vaše određenje stvaralaštva? Da li se smatrate stvaralačkom osobom? Da li slijedite do kraja svoje stvaralačke zamisli?

2. Kako često usmjeravate svoju stvaralačku energiju u negativne putove izražavanja? Pretjerujete li ili uljepšavate «činjenice» da biste dali podršku svom gledištu?

3. Da li ste u dobrom odnosu sa svojom seksualnošću? Ako niste, jeste li sposobni djelovati u smjeru iscjeljivanja svojih seksualnih neravnoteža? Jeste li iskoristili ljude za svoj seksualni užitak ili se vi osjećate iskorištenim? Jeste li dovoljno snažni i možete li poštivati svoje seksualne granice?

4. Držite li svoju riječ? Kakav je vaš osobni kodeks časti ili etičnosti? Pogađate li se sa svojom etičnošću ovisno o okolnostima?

5. Imate li utisak Boga kao sile koja provodi pravdu u vašem životu?

6. Jeste li osoba koja voli nadzirati druge? Upuštate li se u igre moći u svojim vezama? Jeste li sposobni jasno sagledati sebe u okolnostima vezanim za moć i novac?

7. Ima li novac vlast nad vama? Činite li kompromise kojima kršite svoje unutrašnje «ja» zbog financijske sigurnosti?

8. Kako često strahovi vezani za preživljavanje usmjeravaju vaš izbor?

9. Jeste li dovoljno snažni da ovladate svojim strahovima vezanim za financijsko ili

tjelesno preživljavanje ili oni nadziru vas i vaše stavove?

10. Koje svoje osobne ciljeve još ne ostvarujete? Što se ispriječilo na putu ostvarivanja

tih ciljeva?



## POGLAVLJE 3

### TREĆA ČAKRA: OSOBNA MOĆ

Energija treće čakre, energija osobne čakre, postaje prevladavajuća vibracija u našem razvoju tijekom puberteta. Ona nam dalje pomaže u procesu individualizacije, u oblikovanju našeg «ja», ega, i osobnosti odvojenih od našeg nasljednog identiteta. Taj energetski centar također sadrži većinu pitanja vezanih za razvoj osobne moći i samopoštovanja.

Treća čakra završava tjelesnu trilogiju ljudskog energetskog sustava. Poput prve i druge čakre, ona se prije svega veže za tjelesni oblik moći. **Dok je prva čakra usklađena sa skupnom ili plemenskom moći, a druga čakra usklađena s protokom moći između našeg «ja» i drugih ljudi, treća čakra je povezana s našom osobnom moći u odnosu na vanjski svijet.**

**Mjesto:** Solarni pleksus.

**Energetska veza s fizičkim tijelom:** Želudac, gušterača, nadbubrežne žlijezde, tanko crijevo, žučni mjehur, jetra i srednji dio kralježnice smješten iza solarnog pleksusa.

**Energetska veza s fizičkim/mentalnim tijelom:** Treća čakra, koja se često naziva solarni pleksus, jest naš osobni centar moći, magnetsko središte osobnosti i ega. Bolesti koje proizlaze odavde aktiviraju se putem pitanja vezanih za vlastitu odgovornost, samopoštovanje, strah od odbačenosti i preveliku osjetljivost na kritiku.

**Simbolično/opažajna veza:** Treća čakra posreduje između uglavnom vanjske svijesti (što je značajka prve i druge čakre) i svijesti okrenute unutra. Prva čakra ima vanjski centar gravitacije i uvijek je smještena u skupnom umu. Druga čakra također ima vanjski gravitacijski centar, ali se usredotočuje na odnose i njihov utjecaj na nas. Međutim, u trećoj čakri, gravitacijski centar je djelomično okrenut unutra, a naše usredotočenje se pomiče od onoga kako se odnosimo prema ljudima oko sebe na to kako se odnosimo prema sebi i kako shvaćamo sebe.

**Veza sefirota/sakramenta:** Sefirah Nezaha predstavlja božansku značajku **izdržljivosti**, a sefirah Hod simbolizira **dostojanstvo** (ili čestitost) božanskog. U sustavu čakri, te dvije kvalitete se pojavljuju zajedno, jer u kabalističkoj tradiciji obje predstavljaju kvalitete koje su nam potrebne da bismo «ustali» kao pojedinci. Tako, Nezah i Hod simbolično predstavljaju noge tijela. Oni se također smatraju izvorom proricanja i središtem simboličnog viđenja. Simbolična značenja Nezaha i Hoda tvore snažnu duhovnu vezu sa sakramentom potvrde. Taj sakrament predstavlja pojavljivanje

«svjesnog ja» ili onog dijela ljudske osobnosti koji je vječno i prirodno povezan s onim što je sveto.

**Osnovni strahovi:** Strah od odbačenosti, kritike, strah da ćemo izgledati glupo, strah da nećemo uspjeti ispuniti svoje odgovornosti te svi strahovi vezani za tjelesni izgled kao što su strah od debljine, ćelavosti ili starenja; strahovi da će drugi otkriti naše tajne.

**Osnovne snage:** Samopoštovanje, samodisciplina; ambicija, sposobnost da se potakne akcija i sposobnost upravljanja krizom; hrabrost da se preuzmu rizici; velikodušnost, etičnost i snaga karaktera.

**Sveta istina:** Sveta istina treće čakre je **Poštujte sebe**, tema kojoj podršku daje sefirot Nezaha (izdržljivost) i Hod (dostojanstvo), zatim simbolično značenje sakramenta potvrde, kao i moć svojstvena trećoj čakri. Energije koje se zajedno pojavljuju u ovoj čakri imaju samo jedan duhovni cilj: pomoći nam sazreti u shvaćanju samih sebe - u odnosu koji imamo prema sebi, kako da postanemo svoji ljudi i kako da se brinemo o sebi. Duhovna kvaliteta koju nam donosi sakrament potvrde je samopoštovanje. Taj sakrament također simbolizira prijelaz iz djetinjstva u zrelo doba. Svi se suočavamo ili ćemo se suočiti s iskustvom koje će nam otkriti naše unutrašnje snage i slabosti tijekom odvajanja od utjecaja starijih. Duhovna kvaliteta svojstvena trećoj čakri potiče nas da stvaramo identitet odvojen od našeg plemenskog ja.

## Razvijanje samopoštovanja

Sve tri duhovne struje stapaju se da bi oblikovale unutrašnji glas našeg solarnog pleksusa. Kako razvijamo svijest o sebi, naš intuitivan glas postaje prirodan i stalan izvor vodstva.

Ako osjećamo sebe i poštujemo se, to određuje kvalitetu našega života, našu sposobnost da uspijemo u poslovanju, odnosima, ozdravljenju i intuitivnim vještinama. Samorazumijevanje i samoprihvatanje, odnos koji ostvarujemo sami sa sobom, na mnogo načina je najbitniji duhovni izazov s kojim se suočavamo. Zapravo, da se ne volimo, ne bismo bili sposobni donositi zdrave odluke. Umjesto toga, usmjeravali bismo svu svoju osobnu moć za donošenje odluka u ruke neke druge osobe: nekoga koga bismo htjeli impresionirati ili nekoga pred kim mislimo da moramo biti slabiji da bismo osigurali materijalnu sigurnost. Ljudi koji sebe nedostatno poštuju privlače veze i profesionalne situacije koje odražavaju i pojačavaju tu slabost.

Jedan čovjek mi je rekao da nikada nije očekivao da će u svom braku biti voljen. Oženio se da bi imao društvo, vjerujući da je ljubav nešto što se događa drugim ljudima, a ne takvima kao što je on. Nitko nije rođen sa zdravim samopoštovanjem. Moramo zavrijediti tu kvalitetu u procesu života suočavajući se s pojedinačnim izazovima.

Treća čakra je posebice usklađena s granicama fizičkog tijela. Jesmo li tjelesno snažni ili slabi? Jesmo li sposobni ili hendikepirani? Lijepi ili u ožiljcima? Previsoki ili preniski? Iz duhovne perspektive svaka i sve tjelesne značajke i ograničenja su prividna, tek «životni oslonci.» Pa ipak, za duhovno sazrijevanje odlučujuće je hoće li ih osoba prihvatiti ili im pružati otpor. Zapravo, s duhovnog matrišta, čitav stvoreni svijet nije ništa drugo nego naša učionica. Ali u njoj postoji izazov za svakog od nas. Dana su nam tijela, okoliš i uvjerenja; hoćete li odabrati ono što će podupirati vaš duh ili ono čime će materijalni privid oko vas crpsti vašu energiju? Iznova i iznova, izazovi treće čakre će biti uzrokom ocjenjivanja svog osjećaja moći i svoga «ja» u odnosu na vanjski svijet.

Razmotrite, na primjer, izazove treće čakre za osobu koja je u invalidskim kolicima. Činjenica da je materijalni svijet privid ne znači da invalidska kolica ne postoje i da njezin tjelesni problem nije stvaran. Prije bi se moglo reći da ništa u materijalnom svijetu ne može zaustaviti ili ograničiti moć ljudskoga duha. Žena možda više nikada neće stati na svoje noge, ali ona još uvijek ima moć odlučiti hoće li to što je u invalidskim kolicima hendikepirati njezin **duh**. Odabere li učiniti najbolje što može od života u invalidskim kolicima, ona će učiniti više od zdrave psihološke odluke. Ona će donijeti duhovnu odluku koja će staviti u puni pogon energije sefirota Nezaha i Hoda.

Dok sam vodila sedmodnevnu radionicu u Meksiku, srela sam ženu po imenu Ruth. Boravila je u istom hotelu, ali nije pohađala radionicu. Bila je vezana za invalidska kolica, što je bila posljedica teškog artritisa. Dotad nisam vidjela slučaj tako jakog artritisa.

Jednog jutra ustala sam neuobičajeno rano i izišla u hodnik sa šalicom kave kako bih priredila bilješke za predavanje toga dana. Primijetila sam da Ruth sjedi sama slušajući klasičnu glazbu s kazetofona. Upoznala sam je dan ranije, ali tog jutra nisam mogla skinuti oči s nje, premda mislim da to nije primijetila, jer je bila okrenuta leđima prema meni. Pitala sam se kako je preživljavala s tako strašnom invalidnosti tijela, koje je bilo i debelo, jer se, naravno, nije mogla kretati. Iznenada je okrenula glavu, nasmijala se i rekla: «Sigurno se pitate kako uspijevam živjeti u ovakvom tijelu, zar ne?»

Bila sam tako zatečena da to nisam mogla sakriti. «Uхватili ste me, Ruth», rekla sam.

«Upravo sam o tome razmišljala.»

«Pa, dođite ovamo i objasnit ću Vam.»

Dok sam vukla svoju stolicu do njezine, ta sedamdesetpetogodišnja žena me je zapitala:

«Sviđa li Vam se New Age glazba?»

Kimnula sam i ona je dodala: «Dobro. Staviti ću ovu vrpču, a onda ću Vam pričati o sebi.»

S glazbom u pozadini, ta izuzetna Židovka mi je ispričala svoju priču.

«U trideset i osmoj ostala sam udovica. Morala sam odgojiti dvije kćeri, a nije bilo načina da u tome uspijem. Postala sam vrlo posesivna i pokušavala sam upravljati kćerima. Nikad nisam ništa ukrala, ali sam bila blizu toga.

Kad je moja starija kći navršila dvadeset i dvije godine, pridružila se budističkoj zajednici. Odgojila sam kćeri u tradicionalnom židovskom kućanstvu u New York Cityju, a ona ulazi u budističku zajednicu! Svaki put kad me je došla posjetiti, pitala sam je: «Kako si mi mogla to učiniti? Nakon svega što sam se odrekla, kako si mogla?» Mora da smo o tome razgovarale barem stotinu puta. Onda me je jednoga dana pogledala i upitala:»Mama, je li moja odjeća prljava? Jesam li nečista na bilo koji način? Činim li uopće nešto što te vrijeđa?»

«Rekla sam: «Sigurno uzimaš drogu. To je to - naveli su te na drogu.» Odgovorila je: «Da, probala sam drogu.» Zna li što sam joj potom rekla? Rekla sam joj: «Daj i meni nabavi». I jest. Donijela mi je malo LSD-a. Bilo mi je pedeset i pet godina.»

Skoro sam pala sa stolice. Gotovo da je nisam mogla zamisliti kako uzima LSD.

Nastavila je: «Vjerujete li u anđele?»

«Da, naravno», odgovorila sam.

«Dobro, jer to je upravo ono što mi se iza toga dogodilo. Uzela sam LSD i imala izvanstjelesno iskustvo. Našla sam se kako lebdim iznad svog tijela, lakša od samoga zraka. I srela sam to krasno biće koje mi je reklo da je moj anđeo. Prigovario je: «Ruthie, Ruthie, znaš li uopće kako je teško biti tvoj anđeo?»

Odgovorila sam da o tome nisam nikada razmišljala, a moj anđeo mi je rekao: «Daj da ti pokažem kako ti izgledaš meni.» I onda mi je pokazao mog dvojnika - s tim da je moj dvojnik bio svezan tisućama gumenih vrpca. Potom je rekao: «Upravo tako te vidim. Svaka od ovih gumenih vrpca je strah koji te nadzire. Imaš toliko puno strahova da me nikako ne možeš čuti kada pokušavam razgovarati s tobom, kada ti pokušavam reći da je sve pod tvojim nadzorom.»

Onda je moj anđeo dodao: «Evo ti par škara. Ne bi li presjekla sve te gumene vrpce i oslobodila se?» I upravo to sam i učinila. Prerezala sam svaku pojedinačnu vrpcu, a kada sam to učinila osjetila sam nevjerojatan priliv energije u svom tijelu. Onda me je moj anđeo upitao: «Zar se sada ne osjećaš bolje?» Odgovorila sam mu da se osjećam lakše od zraka i sretnija nego li ikada ranije u svom životu. Nisam se prestajala smijati. Potom mi je rekao: «Sada se moraš vratiti u svoje tijelo, ali prije nego li to učiniš, moram ti pokazati nešto.»

Pokazao mi je budućnost i vidjela sam se kako bolujem od artritisa. Nije mi mogao reći zašto ću trpjeti od te bolesti, samo da moram. Ali mi je rekao kako će biti sa mnom na svakom koraku puta. Onda me je vratio natrag u tijelo. Ispričala sam svojoj kćeri sve što se dogodilo i obje smo se neprestano smijale gotovo dva mjeseca. Kad se prije

deset godina artritis počeo razvijati, pomislila sam da ipak nisam tako onesposobljena. Bila sam daleko više onesposobljena dok sam mogla hodati. Prije sam se bojala ostati sama, brinuti o sebi te sam željela zadržati svoje kćeri blizu sebe tako da se nikada ne bih morala brinuti o sebi. Ali poslije tog iskustva me više nikada nije uhvatio strah. Vjerujem da je moje tjelesno stanje jedan od načina koji me podsjeća da se nikada ne moram bojati. Sada svaki dan razgovaram sa svojim anđelom i još se uvijek smijem, ali svakim danom više i više nego ikada prije.»

Voljela bih kad bih mogla Ruth povesti sa sobom kamo god idem, tako da sudionicima seminara ispriča svoju priču. Za mene su Ruth i njezin anđeo blizanci. Njezina priča predstavlja izbor vjerovanja da netjelesni svijet božanske energije ima više ovlasti nego tjelesni svijet oblika i materije. Taj izbor koji je možda morao biti hendikep, postupno je postao izvorom nadahnuća. Njezina ograničenja postala su njezin dobitak. To je utjecaj sefirota Nezaha i Hoda, naših duhovnih «nogu.»

## Pojačavanje unutrašnje moći

Kada se opredijelimo za duh iznad privida tjelesnih okolnosti tada «preuređujemo» svoj život. Sa svakim odabirom ili se više uključujemo u prividni materijalni svijet, ili ulažemo svoju energiju u moć duha. Svaka od sedam čakri predstavlja različite inačice ili očitovanja te bitne poduke. Svaki put kada odaberemo pojačati svoju unutrašnju moć, ograničavamo vlast materijalnog svijeta nad svojim životom, tijelom, zdravljem, umom i duhom. S energetske točke gledišta, svaki odabir kojim se uzdiže naš duh, pojačava se i energetske polje. A što je jače naše energetske polje, imamo manje veza s negativnim ljudima i iskustvima.

Srela sam Penny tijekom jedne radionice u vrijeme kada je ona već počela aktivno preuređivati svoj život. Penny je bila osamnaest godina udata za čovjeka koji joj je ujedno bio i njen poslovni partner. Ona je bila mozak posla. Ali, bila je i alkoholičarka. To stanje je sasvim odgovaralo i njezinom mužu, jer je i on bio alkoholičar. On je želio da ona pije kako bi, održavajući Penny u polusvijesti, imao veći nadzor u braku i u poslu.

Uobičajeni dan u njihovom braku tekao bi tako da je Penny došla kući s posla i brinula se o psima i kućanstvu. Njezin muž bi joj nasuo čašu vina i rekao: «Pođi se sada odmoriti. Ja ću se pobrinuti za večeru.» Kad je večera bila gotova, ona je već bila «nacvrckana.»

Nakon otprilike sedamnaest godina Penny je shvatila da ima problem. Razmišljala je o pohađanju sastanaka anonimnih alkoholičara (AA), ali se predomišljala. «Živjeli smo u malom gradu», objasnila je. «Da su me ljudi vidjeli na tim sastancima, govorkanje bi se raširilo.» Ona bi se znala odvesti do mjesta sastanka, ali nikada nije ušla. Na kraju je

potonula. Umjesto da pribjegne mužu, nazvala je prijateljicu i rekla: «Pomoć, trebam pomoć.» Ta prijateljica ju je uputila na prvi AA sastanak .

Trijezno stanje je promijenilo njezin život. Kada je došla k sebi, shvatila je da ništa u njezinom svijetu ne djeluje, a najmanje brak. Budući da je bila uplašena napustiti svoj brak - što je značilo i napustiti svoj posao - činila je to korak po korak. Odselila se, nastavila pohađati sastanke AA, počela je pohađati tečajeve za osobni razvoj i upravo tada sam je srela. Promijenila je frizuru, smršavila deset kilograma. Ukratko, povratila se u život. Odlučila je razvesti se od muža, premda ju je to stavljalo u osjetljiviji financijski položaj, jer je to bilo ono «čega se moj duh morao osloboditi». Dok je poduzimala te korake, Penny i ja bismo razgovarale o svakom novom koraku i kako će to promijeniti njezin život. Premda se razvodom mijenjao i njezin financijski status, ona je morala otkriti je li sposobna sama zaraditi svoj dohodak. Odlučila je vjerovati u sebe i očekivala je da će u tome uspjeti. Radila je na tome da postane instruktor u neurolingvističkom programiranju (NLP). Na koncu je srela Jamesa, prekrasnog čovjeka koji je odgovarao njezinim novim, visokim standardima zdravlja i osobnog razvoja. Vjenčali su se i sada održavaju seminare za osobni razvoj u Europi.

Pennyna priča govori o neograničenom potencijalu koji svaka osoba posjeduje i pomoću kojeg može promijeniti svoj život ukoliko postoji odlučnost i jak osjećaj osobne odgovornosti. Te kvalitete moći urođene su trećoj čakri. Pennyna predanost vlastitom liječenju je simbolično značenje sakramenta potvrde. Ona se «iskopčala» od negativnih ljudi i okolnosti, pozvala svoj vlastiti duh i otkrila da posjeduje beskrajnu ustrajnost (Nezah) i dostojanstvo (Hod), putem kojih je mogla iznova izgraditi svoj život. Budući da je Penny bila u stanju suočiti se sa svojim strahovima, bila je i u stanju otpustiti ih i steći vlast, zdravlje i uspjeh.

Što naš duh postaje jači, to **linearno vrijeme** ima manji utjecaj u našem životu. Do određene mjere linearno vrijeme je obmana materijalnog svijeta vezana za tjelesnu energiju prvih triju čakri. Da bismo obavili tjelesne zadaće, potrebna nam je tjelesna energija. Na primjer, kada moramo pretvoriti neko nadahnuće iz misli u djelo, prolazimo kroz linearne korake. Međutim, kada govorimo o uvjerenju u svoju sposobnost izlječenja, potrebno je da iznova razmislimo o zamisli vremena.

U našoj kulturi prilično je raširena obmana da je za izlječenje potrebno «dugo vremena». Ako u nešto vjerujemo, to postaje istinito. U Knjizi Postanka Jahve «mu je udahnuo u nosnice dah života i tako posta čovjek». Kada odaberemo vjerovati u nešto, unosimo dah u to vjerovanje, dajući tom vjerovanju snagu.

**Naša kultura vjeruje da su za ozdravljanje bolnih sjećanja iz djetinjstva potrebne godine psihoterapije, ali to ne mora biti tako. Ukoliko čovjek vjeruje u to, iscjeljenje bolnih sjećanja i otpuštanje utjecaja koje ona imaju u životu osobe mogu se dogoditi vrlo brzo.**

**Dužina procesa ozdravljanja određuje se vremenom koje mu plemenski um odredi.** Na primjer, trenutno skupni um vjeruje da ljudi oboljeli od AIDS-a mogu živjeti šest do osam godina, da je za žalovanje za umrlim bračnim partnerom potrebna barem godina dana, a da oplakivanje umrlog djeteta možda nikada i ne prestaje. Vjerujemo li u te tvrdnje, dajemo plemenskom umu moć nad svojim životom umjesto da primjenjujemo osobnu moć. **Ukoliko je vaš duh dovoljno snažan da se povuče od utjecaja skupnog vjerovanja, on je potencijalno dovoljno jak da promijeni vaš život,** kao što to pokazuje neobično bogata Margaretina priča.

Margaretu sam sreća u radionici koju sam održavala u New Hampshireu. Opisala je da je odgajana «jednostavno, obično i strogo.» Njezini roditelji su nadzirali sve što je čitala, a odlučivali su i s kim će se družiti. Margareti nije bilo dozvoljeno odlaziti na društvene priredbe koje su njezini roditelji doživljavali previše «radikalnim.» Ponekad je čak morala kriomice čitati i novine. Odrasla je nadzirana strahom svojih roditelja od nepoznatog. Kada je krenula u školu, roditelji su joj rekli da, budući da je žensko, može u osnovi odabrati dva zanimanja: biti učiteljica ili medicinska sestra.

Margaret je odlučila postati medicinska sestra. Ubrzo pošto je maturirala srednju medicinsku školu, udala se za čovjeka koji je, prema njezinim riječima bio «jednostavan, običan i strog. Umnožila sam svoje roditelje», rekla je.

Margaret i njezin muž preselili su se u mali grad, gdje je ona radila kao patronažna medicinska sestra. Taj grad, tipično ugodna zajednica, imala je svoje lokalne osobnosti, među kojima se isticala žena po imenu Ollie. Ollie je nekako stekla ugled «opasne» žene. Nitko nije s njom razgovarao niti ju je itko pozivao na bilo kakva društvena okupljanja. Djeca su je mučila za svaku Noć vještica i to je tako trajalo desetak godina.

Došao je i dan kada je Ollie nazvala ured patronažnih sestara tražeći pomoć. Sve medicinske sestre su odbile doći - osim Margaret. Osjećala se pomalo zabrinutom dok se približavala Ollienoj kući, ali kad je ušla unutra, našla je, prema Margaretinim riječima, «usamljenu, bezazlenu pedesetogodišnju ženu koja je umirala za ljubavlju.»

Brinući se za Ollie, Margaret se s njom sprijateljila. Kada je osjetila da joj nije neugodno, zapitala je Ollie kako je uopće došlo do toga da ima takav ugled. Ollie je zastala za trenutak, a onda joj ispričala kako je «moć stigla iznenada poput munje» dok je još bila dijete. S tom moći ona je mogla ozdravljati ljude. Ollien otac je počeo prodavati njezine usluge ozdravljivanja onima kojima je to bilo potrebno. Ollien otac je tako zaradio prilično novaca - sve dok moć «nije jednoga dana sama od sebe nestala.» Njezin otac je mislio da je ona samo tvrdoglava pa ju je pokušavao tući kako bi se moć vratila, ali bezuspješno. Kada je dovoljno odrasla, Ollie je napustila kuću i odselila se u grad u kojem je nitko nije poznao. Radila je kao čistačica i udala se kad joj je bilo trideset i dvije godine. Imala je dvoje djece. Kada je mlađem djetetu bilo pet godina oboljelo je od leukemije. Doktor je rekao Ollie i njezinom mužu da se pripreme za djetetovu smrt jer je ona bila neizbježna. Tek tada je Ollie rekla svom mužu o moći koju

je imala kao dijete i molila ga da joj se pridruži u molitvi, tražeći Boga da joj još jednom povрати tu sposobnost kako bi izliječila svoga sina. Ollie je kleknula pokraj njegovog kreveta, molila, a potom položila ruke na njega. U roku od dva dana on je počeo pokazivati znakove poboljšanja, u roku od tjedan dana počeo je pokazivati znakove ozdravljenja. Potpuno je ozdravio za manje od dva mjeseca.

Doktor je pitao Ollie i njezinog muža što su radili, kakvom su tretmanu podvrgli svoga sina. Ollie je zamolila svog muža da ništa ne kažu doktoru, ali neovisno od toga, on je sve u tančine otkrio. Reakcija doktora je bila ta da je Ollie «opasna», pa je savjetovao Ollienom mužu da «bude oprezan s tom ženom. Na poslijetku, ona je možda vještica ili tako nešto.»

Pet mjeseci kasnije Ollie je došla kući i otkrila da je muž uzeo njihovo dvoje djece i napustio je. Dobio je razvod braka na temelju njezinog navodnog ludila. Ollie je bila očajna i ispričala je Margaret kako je uzaludno u nekoliko navrata pokušavala naći svoju djecu. Od tog trenutka ih nije više vidjela.

Veza između Margaret i Ollie bivala je svakom njezinom posjetom sve jača. Olliena «moć» potaknula je Margaret na čitanje literature o iscjeljivanju, moći iscjeljivanja i duhovnosti. Ollie joj je otvorila novi svijet. Što je više učila, to je više razmišljala o svojim roditeljima, njihovom strahu prema novim zamislima, njihovim naporima da ona nauči samo «obične stvari, kako bi nastavila živjeti njihovim običnim načinom života.» -Margaret je pokušala ispričati svom mužu o onome što je učila, nadajući se kako će mu te obavijesti biti poticajne kao i njoj. Ali njezin muž je doživio Ollie i te nove zamisli kao prijetnju, pa je svanuo i dan kada je Margareti zabranio da se susreće s Ollie.

No, u to vrijeme Margaret nije više odlazila k Ollie samo zato što je istinski brinula o njoj, nego i zbog toga što ju je Ollie poučavala o moći ozdravljenja kao o energiji ljubavi iz Božanskog izvora. Ovoga puta nije željela da je netko nadzire iz straha. U najmračniju krizu svog života Margaret nije ušla samo zbog Ollie, nego i zbog toga što se nalazila «između dva svijeta mišljenja.» Znala je da se, bez obzira na to hoće li se viđati s Ollie ili ne, nikada više neće moći vratiti svojim ranijim uvjerenjima vezanim za iscjeljivanje i duhovnost. Željela je i dalje učiti, pa je konačno rekla mužu da će i dalje obavljati svoju dužnost patronažne sestre, bez obzira na to što on osjećao.

Margaretin muž je počeo govoriti stvari kao: «Ta žena te je začarala», ili «Pitam se što li se još odvija između vas dvije.» Ozračje u Margaretinoj kući je na poslijetku postalo nepodnošljivo i ona se preselila u poseban stan. Nadala se da će ta privremena odvojenost pomoći zalječenju njezinog braka.

Margaretine kolegice kao i njezine prijateljice stale su na muževljevu stranu. Govorile su joj da žrtvuje svoj brak za luđakinju koja umire. Nitko nije razumio razloge zašto je ona činila to što je činila. «Molila je za čudo bez ograničenja», što je značilo da nije marila kako će Bog riješiti njezinu krizu - ona je samo željela da se to završi.



Nakon otprilike četiri mjeseca, Margaret je dobila poruku od muža u kojoj je pisalo da se želi s njom sastati. Mislila je da će on zatražiti razvod braka, ali umjesto toga rekao joj je da mu je otkriven rak debelog crijeva. Uplašio se, rekao je - a onda je stiglo čudo. Pitao je bi li mu Ollie mogla pomoći? Margaret je sva drhtala od uzbuđenja. Odmah su otišli Ollienoj kući.

Ollie je rekla Margaretinom mužu da njezina moć dolazi od Boga i da on mora usredotočiti svoju pažnju na to. Obavila je polaganje ruku nad njim, a ono nije trajalo duže od deset minuta. Čovjek je za tri mjeseca ozdravio od raka debelog crijeva. Počeo se jako brižljivo odnositi prema Ollie, tako brižljivo da je ustrajao na tome da se ona preseli u njihovu kuću, gdje je živjela do svoje smrti.

«Sada nema toga što moj muž ne bi učinio za mene i za druge. Pružamo usluge iscjeljivanja u našem domu, gdje se molimo s drugima i poučavamo ljude o iscjeljivanju. Nikada nisam vjerovala da se tako što može dogoditi i ne mogu reći koliko puta mi je muž rekao: «Svaki dan u svojim molitvama zahvaljujem Bogu što si imala hrabrosti suprotstaviti mi se i držati se svojih uvjerenja. Danas sam živ zahvaljujući tebi.»»

Bez sumnje, sjećanja iz djetinjstva mogu biti izvor velike boli. Pa ipak, kao i Margareta i mi možemo dobiti priliku iskoristiti tu bol i kao odrasli ljudi napraviti drukčiji izbor.

## **Samopoštovanje i intuicija**

Kada sam počela održavati radionice o intuitivnom vodstvu, polaznike tečaja podučavala sam mentalnim i meditativnim vježbama. Ali većina ljudi koja je meditirala napomenula je kako ne primjećuju uspjeh u razvoju svoje intuicije. Tijekom jedne radionice shvatila sam da doći u dodir s intuicijom i nije neki izazov. Uglavnom su polaznici tečaja već bili u dodiru sa svojom intuicijom, ali su oni potpuno krivo razumjeli njenu narav.

Svaki pojedini tečajac u toj radionici pobrkao je intuiciju sa sposobnošću predviđanja. Oni su mislili da je intuicija sposobnost predviđanja budućnosti. Ali **intuicija nije niti sposobnost koja nam jamči proricanje niti sredstvo za izbjegavanje financijskog gubitka ili bolnih veza. Ona je zapravo sposobnost korištenja energetskih podataka da bismo donosili odluke u ovom trenutku. Energetski podaci su emocionalni, psihološki i duhovni sastojci određene situacije. Oni su sastojci života tipa «ovdje i sada», a ne neke netjelesne obavijesti iz nekog mjesta u «budućnosti».**

Većim dijelom obavijest koja je dostupna intuiciji izlazi na vidjelo tako što izaziva osjećaj neugode, potištenosti ili zabrinutosti - ili u drugoj krajnosti - odvojenosti i nezainteresiranosti, kao da smo iznenada odsječeni od svih svojih emocija. U snovima intuitivne naravi, primamo simbole promjene ili kaosa. Takvi snovi se intenzivnije događaju tijekom emocionalnih kriza. Energetski ili intuitivni osjeti signaliziraju da smo došli do raskrižja u svom životu i da imamo mogućnost utjecati na drugu fazu života, barem do određenog stupnja, putem izbora za koji se odlučujemo sada.

Intuicija i neovisnost treće čakre zajedno nam daju sposobnost da poduzmemo rizike, da slijedimo instinktivne slutnje.

Evan, star dvadeset i osam godina, nazvao me je jer je ozbiljno obolio od ulceroznog kolitisa. Kad sam vršila njegovu procjenu, stalno sam dobivala utisak konja koji je odveden na startna vrata da bi se natjecao, ali koji nikada nije započeo trku. Evanova treća čakra bila je poput otvorene rupe iz koje je istjecala energija. Izgledao je kao da više nema energije biti na svojim nogama. U stvari, izgledao je kao da bježi od svih prilika u životu koje su mu dane, jer se bojao neuspjeha. Čak ne bi ni tražio ni jednu priliku da je potvrdi intuicijom.

Prema njegovim vlastitim riječima, njegov život je bio niz krivih početaka. On je razmatrao sve vrste poslovnih pothvata, ali se nije odlučio niti za jedan. Vječno je proučavao tržište dionica tragajući za formulom koja bi mu otkrila obrazac uspona i pada cijena dionica. Opsjednut tim idealom, brižljivo je skupljao statističke podatke. Zapravo, prilično dobro mu je išlo od ruke uočiti kojim dionicama će vrijednost uskoro porasti. Kada sam ga upitala zašto se nije odvažio i uložio nešto u te dionice, odgovorio je: «Formula još nije savršena.» Pa ipak, bio je pun gorčine prema sebi jer je znao da bi zaradio puno novaca da je slijedio neke svoje instinkte. U stvari, jako bi se obogatio. Kada sam prokomentirala da bi, glede toga što je to obavljao tako dobro na papiru, bio isto tako uspješan u stvarnom ulaganju, Evan je odgovorio da je tržište dionica nestabilno i da on nikada ne može biti siguran hoće li se njegovi instinkti pokazati točnima.

S ulceroznim kolitisom Evanovo tijelo pucalo je zbog njegove nesposobnosti da djeluje prema svojim instinktivnim slutnjama. On čak nije bio sposoban uložiti ni malo novaca u dionice, radi probe. Njegov strah od rizika je doslovce uništavao njegovo tijelo, a opet je bio potpuno opsjednut poslom koji nije ništa drugo nego rizik. Reći Evanu da počne primjenjivati neku tehniku relaksacije bilo bi isto tako korisno kao kada biste tinejdžeru rekli da dođe na vrijeme kući. Evan je morao otpustiti svoj kompjutorski um i učiniti pomak prema svojim instinktivnim slutnjama. On je pak ustrajao na tome da instinkti ne pružaju «dokaz» rezultata, nego samo predlažu mogućnosti.

I sudionici mojih radionica bili su u dodiru sa svojom intuicijom - ali oni su shvatili da intuicija znači jasno usmjerenje, a ne intuitivno vodstvo. Oni su se nadali da će im jedan dobar intuitivni «pogodak» dati moć preoblikovanja svog života u potpuni sklad i sreću.

Ali intuitivno vodstvo ne znači slijediti glas Obećane Zemlje. To znači imati samopoštovanje reorganizirati onu nelagodu ili zbrku za koju osoba osjeća da je zapravo usmjerava preuzeti odgovornost za svoj život i donijeti odluke koje će je izbaviti iz opadanja ili jada.

Ako osoba pati od nedostatka samopoštovanja, ona ne može djelovati na temelju svojih instinktivnih poriva, jer je njezin strah od neuspjeha previše snažan. Intuicija, poput tehnika meditacije, može biti izuzetno djelotvorna, ako, i samo ako, osoba ima odvažnost i osobnu moć da do kraja slijedi vodstvo koje ona pruža. Vodstvo zahtijeva akciju, ali ono ne jamči sigurnost. Dok mi mjerimo vlastiti uspjeh s obzirom na osobnu ugodu i sigurnost, svemir mjeri naš uspjeh s obzirom na to koliko smo naučili. Sve dok koristimo ugodu i sigurnost kao vlastiti kriterij uspjeha, bojat ćemo se vlastitog intuitivnog vodstva, budući da nas ono po svojoj naravi usmjerava u nove cikluse učenja koji su ponekad nelagodni.

Tijekom jedne od mojih radionica, žena po imenu Sandy ponosno je prokomentirala da je provela šest godina živeći u ašramu u Indiji i provodila tehniku meditacije. Svakog jutra i večeri ušla bi u meditaciju na sat vremena i bila je sposobna primati vrlo jasno duhovno vodstvo. Kada smo bile trenutak nasamo, zapitala me je jesam li možda ja dobila kakve utiske o tome gdje bi ona morala živjeti i čime bi se morala baviti da zaradi za život. Zašto ona nije primila taj tip informacije u vlastitim meditacijama? Postavila sam joj to pitanje, dodajući kako savjetovanje u svezi zanimanja nije, tako da kažem, moja specijalnost. Odgovorila mi je da se njezino vodstvo odnosilo samo na duhovne stvari. Ali njezino zanimanje je dio njezinog života, primijetila sam, pa prema tome i dio njezine duhovnosti. Rekla je da ne može dobiti taj tip obavijesti. Onda sam je zapitala: «Kako bi izgledao najgori mogući intuitivni uvid koji biste mogli dobiti u meditaciji o tome gdje biste morali živjeti i što biste morali raditi?» Trenutačno je reagirala: «To je lako - vratiti se kući i biti učiteljica u Detroitu. Imam prave noćne more u svezi s tim.» Rekla sam joj: «Da sam na Vašem mjestu, razmislila bih da upravo to učinim. Meni to zvuči kao vodstvo.»

Godinu dana kasnije primila sam pismo od Sandy u kojem mi je navela kako su je poslije moje radionice mučili porivi da se vrati kući i radi kao učiteljica. Borila se tako snažno protiv njih da je oboljela od migrene i poremećaja spavanja. U međuvremenu zarađivala je za život kao službenica u knjižari, ali nije bila dovoljno plaćena, pa kad je dobila ponudu da radi kao učiteljica na zamjeni u svom prijašnjem školskom okrugu, prihvatila je ponudu. Nakon dva mjeseca uvela je kao izvanškolsku aktivnost sat meditacije za učenike srednje škole. Sastajali su se dvaput tjedno nakon škole. Taj sat je bio tako uspješan, da je slijedeće godine uključen u redovnu nastavu, a Sandy je s oduševljenjem potpisala ugovor o stalnom radnom mjestu. Ubrzo nakon toga, migrene i poremećaji spavanja su iščezli.

**Da bi se čovjek izliječio potrebno je vjerovati u sebe.** Prije nego što sam shvatila značenje samopoštovanja u razvoju intuitivnih vještina, tvrdila bih da je vjera najvažniji faktor za izlječenje. Sada izjednačujem vjeru sa samopoštovanjem i osobnom moći, zbog toga što **nedostatak samopoštovanja odražava čovjekov nedostatak vjere u sebe kao i moći nevidljivog svijeta.** Neosporno je, pak, da je vjera od životne važnosti za upravljanje izazovima svakodnevnog postojanja.

Na primjer, nazvala me žena po imenu Janice, stara skoro trideset godina, jer je htjela naučiti kako se brinuti o svom zdravlju. Janice je imala nekoliko ozbiljnih zdravstvenih problema, ali me nije pitala zašto se morala suočiti s njima. Bila je samo zainteresirana za izlječenje.

Kad je Janice bila tinejdžerka, operirana je zbog zapletaja crijeva. Kada sam je srela bila je udata i majka jednog djeteta, a u bolnici je bila zbog sedmog kirurškog zahvata na crijevima. Veći dio njezinog crijevnog trakta bio je uklonjen, tako da će imati kolostomu do kraja života. Više nije mogla jesti čvrstu hranu i morali su je hraniti tekućom hranom preko katetera koji je bio kirurškim putem ugrađen u gornji dio prsnog koša. I to je tako moralo ostati do kraja života. Ona se morala priključivati na tekuću hranu tik prije odlaska na spavanje. Tijekom noći tekuća hrana bi kapala u njeno tijelo. Budući da je ta tekuća prehrana, zvana hiperlimentacija, tek uvedena u zdravstveni sustav, troškove vezane za takav način prehrane nije pokrivalo zdravstveno osiguranje. Putovanje, čak i vikendima, predstavljalo je najveću muku, zbog toga što je morala ponijeti sa sobom toliko puno medicinske opreme. Zbog svih tih zdravstvenih problema i kao njihova posljedica, Janice i njezin muž upali su u nesavladive dugove.

Kad sam išla prema bolnici da bih se sastala s Janice, očekivala sam da će biti uništena tim okolnostima i da će se bojati budućnosti. Ali, na moje veliko iznenađenje, ona je zračila pozitivnim stavom i energijom. Željela je naučiti o energetskim tehnikama kao što su meditacija i vizualizacija kako bi ih mogla uporabiti u poboljšanje svojega zdravlja. Tijekom razgovora primijetila je: «Kada sam morala ugraditi kateter, priznajem, osjećala sam samosažaljenje prema sebi, a da ne spomenem krivnju. Osjećala sam da sam postala financijski teret svom mužu i da nikako nisam prikladna žena. Onda sam prošetala kroz nekoliko hodnika u bolnici i vidjela neka od stanja s kojima su se drugi ljudi morali suočiti. Zaključila sam, zapravo više odlučila, da moja situacija i nije tako grozna te sam sama sebi rekla da ću se znati snaći u njoj.»

Poslije zadnje operacije, Janice se vratila u školu da završi obrazovanje za medicinsku sestru. I upravo kad se malo sabrala u životu, njezin muž je zatražio razvod braka.

«On mi je davao onoliku podršku koliku je mogao tijekom tih zadnjih dvanaest godina», rekla mi je, «ali nije imao baš puno od braka. Ne mogu si dozvoliti da budem ogorčena. Imam sina koji me treba i duboko sam uvjerena kako bi negativnosti samo

pogoršale moje zdravstvene probleme. Ali prestrašena sam - što sada raditi? Postoji li kakva vizualizacija koja dovodi do toga da odjednom postanete hrabri?»

Odlučile smo da razvod ima prednost pred drugim stvarima i da bi u mjesecima koji dolaze morala imati podršku ljudi oko sebe onoliko koliko je to moguće. Kada je proces razvoda braka bio u posljednjoj fazi, Janice je dobila posao u lokalnoj bolnici. Ona i njezin desetogodišnji sin odselili su se u novi stan, a ona je puno radila na tome da se sprijatelji s novim ljudima. Duhovnom životu je dala prvenstvo, pa su ona i njezin sin svako jutro vizualizirali kako žive sretnim i potpunim životom - a to je akcija koja je dotakla duhovne energije povezane s trećom čakrom: strpljivost, ustrajnost i samopoštovanje. Bila je odlučna da kroz svoju muku «stane na svoje noge.» Na kraju je i uspjela. Čitavo to razdoblje promjene zdravlje joj je bilo stabilno i godinu dana nakon razvoda braka sreća je prekrasnog čovjeka i ponovno se udala. Njezina priča dobro oslikava sposobnost ljudskoga duha da transcendiraju tjelesna ograničenja i osobne izazove odabirući hrabar odgovor na njih. Nema sumnje da je Janice imala i loših dana, ali ona je shvatila da je samosažaljenje opasnije od njenog tjelesnog stanja. Njezin stav i svakodnevna duhovna praksa održavala je njezin um i tijelo u ravnoteži, simbolizirajući energetsku podršku sefirota Nezaha i Hoda, te sakramenta potvrde.

**Simbolično** značenje sakramenta potvrde je unutarne "oživljavanje" tako što u svojoj nutрини stječemo unutrašnju moć. Samopoštovanje i svjesna osobna moć ponekad dozriju u trenutku života vrijednog pamćenja koji označuje inicijaciju u duhovno zrelo doba. Možda ste u iznenadnom bljesku uvida uvidjeli kako možete uspješno završiti neki zadatak koji vas je prije toga mučio. Možda ste shvatili da ste toliko moćni da možete ostvariti ciljeve svih vrsta od tjelesne dobre kondicije do financijskog uspjeha.

Razvoj samopouzdanja glede postizanja ciljeva jedan je od načina kako osobna moć postaje činitelj osobne promjene. Istodobno se jednako impresivna razina promjene može dogoditi u duhovnom ili simboličnom životu osobe. **Kada čovjek stekne unutrašnju moć, središte gravitacije se pomiče izvana prema unutra - a to je znak duhovnog prijelaza.**

Većina kultura priređuje obred prijelaza za mlade ljude, obred koji označava dolazak razdoblja duhovnosti: bar mitzvah u židovskoj kulturi, na primjer, ili potvrda u kršćanskoj. U tradiciji mnogih američkih Indijanaca, barem povijesno, mlade ljude su na neko vrijeme slali izvan plemena, u divljinu, kako bi bili inicirani u ratnike. Te ceremonije označavaju simboličan završetak ovisnosti mlade osobe o zaštitnoj energiji plemenske moći i njihovo prihvaćanje odgovornosti za svoj tjelesni i duhovni život. Obred također označava i plemensko prepoznavanje tog prihvaćanja. Kada je jednom «inicirana», prijatelji i obitelj iščekuju zrelije ponašanje od mlade osobe.

Osjećaj moći o vlastitom «ja» može se tijekom života razvijati u fazama, u nizu mini inicijacija. Svaki put kad ostvarimo napredak u samopoštovanju, čak i u maloj mjeri, moramo promijeniti nešto u svezi svoje vanjske pokretačke sile. Većim dijelom, mi preziremo promjenu, ali inicijacija predstavlja nužnost da bi došlo do promjene. Možda moramo prekinuti neku vezu, jer smo postali dovoljno moćni pa nam je potreban jači partner. Ili možda moramo dati otkaz na poslu, jer moramo izaći iz sigurnih i poznatih obrazaca i provjeriti svoju stvaralačku moć. Previše promjena koje se događaju prebrzo mogu djelovati i negativno. Nastojmo postupati sa svojom vlastitom moći tako da u određenom razdoblju prihvaćamo **samo jedan izazov**. Prolazeći kroz te promjene, jednu za drugom, stvara se obrazac našeg putovanja prema osobnoj moći.

## Četiri faze osobne moći

Samopoštovanje je postalo popularno početkom šezdesetih godina dvadesetog stoljeća, u desetljeću revolucije koja je iznova odredila naše gledište na moćnog pojedinca. Tek tada je samopoštovanje prihvaćeno kao bitno za zdravlje žena i muškaraca, s tim da je i zdravlje iznova određeno tako da uključuje ne samo tjelesno, nego psihičko i duhovno zdravlje.

Svako od tri sljedeća desetljeća čini se da je još produbilo novo određenje samopoštovanja. Simbolično, društveni trendovi između šezdesetih i devedesetih odražavaju razvojne faze osobne punomoći koju svatko od nas prolazi kao pojedinac. Poslije desetljeća revolucije šezdesetih godina, došle su sedamdesete - desetljeće involucije. Sirova energija koja je puštena tijekom šezdesetih i koja je srušila vanjske prepreke, dovela je do zadatka sedamdesetih - probijanja unutrašnjih granica. To je bilo desetljeće koje je udomaćilo **psihoterapiju** kao običnu riječ.

U sedamdesetima pojavile su se dvije nove psihološke sile. Prvo, krajnje moćna riječ **sebstvo ili svoje ja** puštena je iz puritanskog zatvora, u kojem je jedini dozvoljen sufiks bio **ičan**. Sama ta riječ **sebičan** bila je stoljećima dovoljno snažna da spriječi većinu ljudi u traganju za bilo kojim oblikom duhovnog razvoja. Sedamdesete su učinile to **svoje ja** prihvatljivim i često korištenim pomoću prefiksa **samo**, kao u riječima **samomotiviran**, **samoiscjeljenje**, **samosvijest**. Taj jednostavan pomak bio je jednak dobivanju vlastitog ključa za «tajni vrt», gdje ćemo s malom pomoći otkriti sve, tako da uistinu možemo samostalno hodati.

Nije iznenađujuće to što je opčinjenost sebstvom otišla u krajnost. Da bismo provjerili kako daleko nas može odvesti moć našeg novog «sebstva», tema osamdesetih postala je **prepuštanje užicima sebstva: narcizam**. To ozračje samodopadne samoživosti dovelo je do toga da se osjećamo kao da smo iznenada slobodni zadovoljiti sve svoje

tjelesne želje. I prepustili smo se užicima do krajnosti. Koliko brzo se možemo obogatiti? Koliko brzo možemo prenijeti informaciju? Koliko brzo možemo promijeniti naš svijet u tehnoplanet? Koliko brzo možemo smršaviti? Koliko brzo možemo ozdraviti? Čak i prosvjetljenje, nekada sveta zadaća koja je zahtijevala predani rad čitavoga života, postalo je nešto za što su ljudi povjerovali da mogu postići za tjedan dana, ukoliko plate dovoljno novaca.

Čak je samoprepuštanje užicima doseglo svoju točku zasićenja, pa se do ulaska u devedesete njihalo još jednom zanjihalo iz vanjskog svijeta prema unutrašnjem svijetu, usmjeravajući sve te energetske obrasce prema osobnoj evoluciji - oblikovanju sebstva ili svoga «ja» koje je dovoljno moćno da bude «u ovom svijetu, ali ne od ovoga svijeta», sebstva koje može uživati u veličanstvenosti materijalnog svijeta a da ne dozvoli mnogim svjetskim obmanama uništenje njegove duše.

**Revolucija, involucija, narcizam i evolucija su četiri faze kroz koje prolazimo da bismo postigli samopoštovanje i duhovnu zrelost. Duhovno zrela osoba neprimjetno uključuje svoje unutrašnje duhovne kvalitete u svakodnevne odluke. Nečije «duhovne» misli i aktivnosti neodvojive su od drugih vidova života: sve postaje jedno.**

Neka osoba može provesti godine u svakoj fazi ili samo mjesece, ali neovisno od toga koliko svaka faza traje, ona će neizbježno biti zahvaćena sasvim određenim izazovima u svezi njezinog karaktera, etičnosti, morala i samopoštovanja.

Moramo djelovati na otkrivanju sebe, na shvaćanju zašto čuvamo tajne ili zašto smo ovisni, ili zašto okrivljavamo druge za vlastite pogreške. Moramo djelovati da bismo razumjeli zašto teško primamo ili dajemo komplimente ili zašto u sebi nosimo stid. Moramo se ugodno osjećati zato što smo ponosni na svoj karakter i uspjehe. Moramo naučiti parametre svog karaktera, koliko ćemo se kompromitirati i gdje ćemo povući crtu - ako uopće povučemo crtu. Stvaranje identiteta za nas same temelji se na samootkrivanju, a ne na biološkom i etničkom nasljeđu. Ta prva faza samootkrića je revolucija.

## **Prva faza: revolucija**

Razvijanje samopoštovanja zahtijeva čin revolucije, ili nekoliko mini revolucija, u kojoj se počinjemo odvajati od skupnog mišljenja i utvrđujemo vlastiti osjećaj autoriteta. Možda ćemo iznenada shvatiti da imamo drukčije mišljenje od svoje obitelji ili onih s kojima smo izjednačeni po staležu, ali u svakom slučaju bit će nam teško osloboditi se od skupne energije, čija snaga ovisi o broju članova i suprotstavljanju većini izraza individualnosti.

Čin pronalaženja vlastitog glasa, čak i u mini revolucijama, duhovno je značajan. Duhovna zrelost se ne mjeri profinjenošću mišljenja neke osobe, nego njihovom autentičnošću i odvažnošću koje su potrebne da ih se iskaže i pridržava. Pod odvažnošću ne podrazumijevam nepopustljivu tvrdoglavost dvoje ljudi koji su isprepleli rogove. Ta pokretačka sila je igra moći druge čakre. Nasuprot tome, **duhovna zrelost je sposobnost da čovjek stoji na vlastitim temeljima kao odraz autentičnog unutrašnjeg uvjerenja.**

Jerry me je nazvao radi «čitanja» jer je patio od čira na želucu. Dobila sam vrlo jak utisak da je u vezi sa ženom koja vrijeđa njegova moralna pravila. Osjetila sam da se on prema toj ženi odnosio zaštitnički, ali da je istodobno bio i razočaran njome, te da je u jednakoj mjeri bio razočaran i sam sobom jer joj se nije mogao suprotstaviti tako da joj kaže što osjeća. Kada sam Jerryju iznijela svoje utiske, rekao mi je da je Jane, njegova partnerica, ovisnica o drogi. Sreo ju je kada je bila «čista» i nakon mjesec dana hodanja ona se doselila k njemu. Izgledalo je da sve teče krasno još otprilike dva mjeseca, a onda se Janeino ponašanje počelo mijenjati. On ju je pitao je li ponovno na drogi, ona je zanijekala, dodajući kako je loše volje jer želi napustiti svoj posao, ali nema pojma kako bi dalje. U početku joj je vjerovao, ali onda je primijetio kako novac nestaje iz njegovog novčanika. Kad ju je pitao o tome, Jane mu je odgovorila kako joj je novac bio potreban za kućanske potreštine i ispričala se što mu to nije spomenula. Jerryjeve priče o Janeinim lažima zaokupile su trideset minuta našeg razgovora.

Zamolila sam Jerryja da poveže konce. Nikad nije patio od čira prije nego što je počeo živjeti s Jane. Njegov problem nije bila Jane, rekla sam, nego činjenica da joj je on očajnički pokušavao reći kako ne vjeruje u njezine izgovore. Zastao je za trenutak, a onda je rekao kako nije htio ni pomisliti da je dobio čir zbog Jane. On joj se posvetio. Bilo bi pogrešno napustiti osobu u nuždi, a plašio se da će ga ona ostaviti, ukoliko je suoči sa svojim osjećajima. Zapitala sam ga: «Što biste radije izgubili - svoje zdravlje ili Jane?», dodavši kako se on već suprotstavio Jane - njegov ga je čir natjerao na ovaj razgovor. Dva dana kasnije nazvao me je da mi kaže kako je zamolio Jane da se iseli. Na svoje veliko iznenađenje, rekao je, ta odluka mu je donijela olakšanje: «Nisam znao da imam to u sebi, ali više nisam mogao tako živjeti. Radije ću biti sam, nego da živim u laži.»

Za Jerryja, suprotstavljanje Jane bila je osobna revolucija. Tim jednim iskustvom, on je naučio da mora poštovati svoje vlastite vrijednosti i da on zaista ima hrabrosti donijeti odluku o izboru kojeg je morao načiniti.

Kada razvijemo tu vrstu unutarnje snage, čak i u maloj mjeri, sposobniji smo za samoispitivanje. Na taj način postupno zamjenjujemo utjecaje našeg plemenskog ili skupnog uma sa svojim vlastitim unutrašnjim ili intuitivnim vodstvom. Jednom kada taj proces započne, sljedeći prirodni korak je «involucija», istraživanje našeg unutrašnjeg «ja».



## Druga faza: involucija

Prilikom svakog novog susreta ili posla, postavljamo pitanje svom unutrašnjem ja: «U što još vjerujem? O čemu još razmišljam? Želim sebe bolje upoznati.» To je traganje za informacijama. U svakoj novoj situaciji, informacije utječu u nas. Stječemo instinktivni osjećaj o novim ljudima i novim situacijama. U toj fazi involucije, procjenjujemo vanjski svijet i koliko dobro on služi našim potrebama. Često nas to samoispitivanje dovodi do želje da se usredotočimo na naš odnos prema Bogu i na pitanje svrhe našega života, ali prvo moramo razviti određenu razinu unutrašnje ustrajnosti koja nam daje snagu za postupanje s posljedicama samoispitivačke misli. Tijekom mojih radionica ljudi su mi priznali da vole «izmigoljiti» pred pitanjima o njima samima. Tako im se više sviđa, jer ne žele sebe tako dobro upoznati. Ili će reći: «Ne znam. Nikada nisam razmišljao o tome», na što ja odgovaram: «Pa, razmislite o tome sada!» Zašto je takva reakcija uobičajena? Zato što **samospoznaja potiče izbor i akciju, a mnogi ljudi osjećaju da nisu spremni ni za jedno ni za drugo.**

Tijekom jedne od mojih radionica srela sam Emmu, ženu blizu šezdesete, koja je upravo završila kemoterapiju zbog raka debelog crijeva. Imala je šestero djece i svi su već bili mladi odrasli ljudi. Rekla mi je da je njezin rak njezino nadahnuće. Tijekom razdoblja oporavka, shvatila je da je njezina djeca uistinu jako vole, a posebice onaj njezin «služiteljski» dio. Na njenu veliku žalost, četvero njezine djece joj je tijekom oporavka reklo kako sada moraju naći nekog drugog da za njih učini ovo ili ono i zanimalo ih je kada će biti spremna ponovno preuzeti te poslove. Emma je shvatila da mora iznova sagledati ulogu u svom vlastitom životu i da se mora izliječiti. Njezina revolucija ju je odvela do involucijskog razdoblja, tijekom kojega je puno čitala o samoiscjeljivanju i samosvijesti. Došla je do zaključka da je do tada živjela za svoju djecu, a da sada želi živjeti za sebe. Trebalo joj je nekoliko mjeseci da stekne odvažnost i promijeni pravila u svom kućanstvu, ali ih je uspjela promijeniti. Objasnila je svojoj djeci da više ne računaju na nju za beskrajne poslove oko čuvanja male djece, da više neće ona pripremati glavno jelo, te da više neće prekidati svoje poslove da bi obavila njihove. Ukratko, ona je prisvojila pravo reći ne. Njezina djeca su bila toliko uzrujana tom najavom da su stvarno sazvali obiteljski sastanak (plemensko okupljanje) da bi odlučila kako postupiti s njom. Emma je ustrajala u svom položaju i rekla im da su oni ti koji se moraju prilagoditi činjenici da je ona osoba koja ima svoje potrebe uz to što je i njihova majka, te da se trajno povlači iz uloge majke.

Emmina priča pokazuje kako iza involucijske faze slijedi narcisoidno rađanje nove slike o sebi.

## Treća faza: narcizam

Premda ima lošu reputaciju, narcizam je ponekad za nas krajnje potrebna energija dok radimo na izgradnji jakog osjećaja o sebi. Kada mijenjamo svoj «image» - frizuru, odjeću, možda čak i novi oblik tijela kao rezultat tjelesnih vježbi - to ukazuje da se promjene događaju i u nama. Kada smo u toj ranjivoj fazi, možda ćemo biti izloženi najjačim kritičkim reakcijama od naših plemenskih ili skupnih suradnika, ali narcistička energija nam daje oslonac da se promijenimo i pomaknemo granice unatoč protivljenju. Promjene u toj fazi pripremaju nas za mnogo značajnije promjene koje slijede.

Gary je krasno opisao tu fazu kada je o tome govorio na jednoj radionici. Iznenada se počeo odijevati formalno kada bi išao na koncerte ili u kazalište, dok je prije hodao u iznošenim plavim trapericama i majicama. Premda bi se oznojio hladnim znojem pri pomisli da će morati prekinuti s navikama svojih prijatelja, on je shvatio da je ova promjena veliki korak u njegovom osobnom razvoju, jer je htio saznati kako to izgleda kada ljudi u tebe «bulje sa zavišću». Ne radi se o tome da je htio zavist ljudi. On se htio osloboditi skupnog nadzora koji su provodili njegovi prijatelji time što su mu stalno određivali da treba imati skromni «image». Gary je rekao da je homoseksualac i kada sam ga pitala je li njegova obitelj zna o tome, odgovorio je: «Još ne. Radim na tome da postignem tu razinu samopoštovanja, ali korak po korak. Čim budem dovoljno snažan da nosim ono što želim, radit ću na tome da postanem dovoljno snažan da budem ono što želim biti.»

**Biti ono što želimo pripada značenju četvrte razine: evolucije.**

## Četvrta razina: evolucija

Posljednja razina u razvoju samopoštovanja je unutrašnje naravi. Ljudi koji se mogu držati svojih načela, svog dostojanstva i svoje vjere, a da pri tom ne kompromitiraju energiju koja potječe iz njihovog duha, razvijeni su iznutra. To su ljudi poput Gandhija, Majke Tereze i Nelsona Mandele. Naravno, u svijetu ima puno ljudi koji nisu tako poznati, a koji su postigli tu razinu samopoštovanja, ali duh to troje ljudi preuzeo je brigu o svojem materijalnom okolišu - i promijenio ga je da bi ga sebi prilagodio. Usput, ljudi su, tijekom određenih razdoblja, smatrali kako su svi oni narcisoidni. Majka Tereza je, na primjer, bila skoro prisiljena napustiti dvije vjerske zajednice u svojim ranim danima, jer je njezina vizija da služi siromašnima bila puno snažnija od onoga što su njezine sestre mogle podnijeti. Tijekom tog vremena nju su smatrali zaokupljenom samom sobom i narcisoidnom. Morala je proći kroz razdoblje dubokog duhovnog razmatranja i kada je došlo pravo vrijeme, ona je djelovala prema intuitivnom vodstvu. Poput

Gandhija i Mandele, ona je ušla u fazu evolucije u kojoj je ona kao osoba postala uvažena – arhetipska slika iz koje su milijuni ljudi mogli crpiti nadahnuće. **Kako vaš duh bude preuzimao zapovijedanje, tako će se i svijet pokoriti toj sili.**

## Izazovi putovanja

U svezi razvoja samorazumijevanja, neovisnosti i samopoštovanja nema ništa jednostavno, premda se putovanje sastoji samo od četiri faze. Treća čakra je ispunjena energijom naših osobnih ambicija, našim osjećajem odgovornosti i poštovanjem prema našoj snazi i slabostima, kao i našim strahovima i tajnama s kojima se još nismo spremni suočiti. Budući da smo često rascijepjeni osobnim sukobima, susrećemo se s duhovnim izazovom «pražnjenja da bismo postali puni», odumiranjem starih navika i predodžbi o sebi kako bismo se iznova rodili s velikim uzbuđenjem. Pa ipak, put razvoja neovisnosti i zrelosti daleko je više od psihološkog čina zdravlja. To što pri unutrašnjem procesu samoispitivanja i simboličnog viđenja postajemo upućeni bitan je duhovni zadatak koji dovodi do rasta vjere u sebe.

Sviđa mi se Chuckova priča jer obuhvaća duhovnu bit istine **Poštujte sebe**. Chuck potječe iz vrlo tradicionalne istočnoeuropske obitelji. Utjecaj njegove obitelji bio je jak na svaki način - u društvenim stavovima i religioznim vrijednostima. Očekivalo se da će djeca narasti i biti poput svojih roditelja. Chuck je bio otpadnik u svojoj obitelji jer nije volio sport i zabave na kojima se točilo pivo. Privlačile su ga liberalne ideje i prijatelji. I prije nego što je krenuo u srednju školu vodio je dvostruki život, odvajajući svoje interese i prijatelje od života u obitelji. Potkraj srednje škole osvjestio je činjenicu da je homoseksualac, što je još više pojačalo potrebu za dvostrukim životom, budući da je znao da njegova obitelj nije dorasla tome. Otišao je od kuće i putovao po svijetu i bio predavač u mnogim zemljama. Naučio je mnoge jezike, dok se nije na poslijetku ponovno skrasio u svom rodnom gradu. Primio je priličan broj akademskih počasti, ali je unatoč svega bio u stalnoj depresiji. Kada sam ga srela, bilo je jasno da mora prekinuti s vanjskim putovanjima i započeti putovanje u svoju nutrinu. Razgovarali smo simboličnim jezikom o njegovom životu, shvaćajući da je njegova stvarna motivacija za životom u inozemstvu bila ta što mu je, budući da je bio otpadnik, bilo neugodno u njegovoj obitelji. Očajnički je želio biti prihvaćen, ali je ipak znao da prvo mora sam prihvatiti sebe. Još uvijek nije mogao živjeti otvoreno kao homoseksualac, što ga je zabrinjavalo, budući da je rekao: «Ne smatram da sam se prihvatio homoseksualcem, ako su jedini ljudi koji to znaju moji prijatelji homići. Moj najveći strah je da ću, ukoliko istražujem svoje osjećaje, doći do dna i shvatiti da zaista ne mogu prihvatiti samoga sebe. A što onda?»

Chuck se posvetio proučavanju misticizma, a provodio je duhovne vježbe koje su uključivale molitvu, meditaciju i odlazak u crkvu. Predložila sam mu da krene na hodočasnička putovanja u mjesta o kojima je volio čitati i usmjeri svoju duhovnu namjeru prema prihvaćanju sebe. Naveo je svog prijatelja koji mu je rekao: «Hodočašće je ekstrovertirani misticizam, baš kao što je misticizam introvertirano hodočašće.»

Sljedećeg ljeta Chuck je otputovao u Europu da posjeti Fatimu, Lurd i još nekoliko mjesta koja su za njega bila sveta. Na svakom mjestu izveo je duhovnu ceremoniju otpuštajući bolni dio svoje prošlosti i moleći za sposobnost potpunog prihvaćanja samoga sebe. I prije nego što se vratio kući, Chuck se promijenio. Bio je slobodan i «živ» na način kao što smo svi mi stvoreni. Odbacio je svoju sjenu i izgledao kao da zrači svjetlom. Jedna od prvih stvari koju je učinio po povratku bila je okupiti obitelj i reći joj da je homoseksualac. Bio je spreman za svaku vrstu reakcije od njih, ali na njegovo zadovoljstvo, oni su prihvatili tu vijest. Putem svog duhovnog putovanja, Chuck je stekao neovisnost od prošlosti i svojih strahova o budućnosti, te duboku vjeru u sebe.

Razna su hodočašća kojima putujemo, premda, naravno, nije potrebno tjelesno putovati u sveta mjesta i provoditi obrede da bismo otpustili svoju prošlost. Međutim, **jest** potrebno duhovno putovati i odbaciti strahove koji nas sprječavaju da prepoznamo ljepotu u svom životu i dođemo do mjesta iscjeljenja i samoprihvaćanja. Takvu vrst putovanja možemo svakodnevno provoditi u privatnosti vlastitih molitvi i meditacije.

Pokojna pjesnikinja Dorothy Parker jednom je napomenula: «Mrzim pisati. Volim kad je već napisano.» Isto se može reći o razvoju osobne moći. Jednom kada čovjek stigne, osjeća se kao u nebu, ali je putovanje do tamo dugo i mučno. Život nas nemilosrdno navodi da shvatimo važnost Polonijevih riječi: «Neka tvoje vlastito ja bude istina.» Jer, bez osobne moći život je zastrašujuće, bolno iskustvo.

Rad s intuicijom nam ne dozvoljava premostiti izazov suočavanja s vlastitim strahovima. Ne postoji prečica na putu do cjelovite osobe i sigurno je da intuitivne sposobnosti nisu odgovor - one su samo prirodna posljedica samopoštovanja.

Biološki smo stvoreni da bismo naučili kako je tijelo sretno kada je duh sretan. Treća čakra utjelovljuje svetu istinu **Poštuj samoga sebe** - a to je istina koja nalazi podršku u simboličnom značenju sefirota Nezaha i Hoda i sakramentu potvrde. **Kako stječemo snagu i ustrajnost kao plod poštovanja prema sebi, prirodno se javljaju intuitivne sposobnosti.**

## Pitanja za osobnu provjeru

1. Volite li se? Ako ne, što ne volite o sebi i zašto? Radite li djelatno na promjeni onog oko sebe što ne volite?
2. Jeste li poštteni? Tumačite li ponekad istinu pogrešno? Ako je tako, zašto?
3. Kritizirate li druge? Morate li optuživati druge kao način da zaštitite sebe?
4. Jeste li sposobni priznati kada niste u pravu? Jeste li otvoreni prema povratnoj informaciji o sebi iz usta drugih ljudi?
5. Trebate li odobrenje od drugih? Ako da, zašto?
6. Smatrate li se jakim ili slabom osobom? Bojite li se preuzeti brigu o sebi?
7. Jeste li si ikada dozvolili vezu s osobom koju stvarno ne volite, ali Vam se to činilo bolje nego da ste sami?
8. Poštujete li se? Možete li donijeti odluku o promjenama u svom načinu života, a potom se držati svojih obveza?
9. Bojite li se odgovornosti? Ili se možda osjećate odgovorni za sve i svakoga?
10. Želite li stalno da vaš život bude drukčiji? Ako je tako, činite li nešto da biste ga promijenili ili ste se pomirili sa situacijom?

## POGLAVLJE 4

### ČETVRTA ČAKRA: EMOCIONALNA MOĆ

Četvrta čakra je središnje mjesto moći ljudskog energetskog sustava. Kao središnja čakra, ona posreduje između tijela i duha i određuje njihovu snagu i zdravlje. Po svojoj naravi, energija četvrte čakre je emocionalna i ona pomaže ubrzanju našeg emocionalnog razvoja. Ta čakra utjelovljuje duhovnu poduku koja nas poučava kako djelovati iz ljubavi i suosjećanja te kako prepoznati da je najsnažnija energija koju imamo ljubav.

**Mjesto:** Središte prsnog koša.

**Energetska veza s fizičkim tijelom:** Srce i krvotok, rebra, dojke, prsna žlijezda, pluća, ramena, ruke, šake i dijafragma.

**Energetska veza s fizičkim/mentalnim tijelom:** Ta je čakra u rezonanciji s našim emocionalnim opažajima koji određuju kvalitetu našeg života puno više od misaonih opažaja. Kao djeca reagiramo na okolnosti s opsegom emocija kao što su: ljubav, suosjećanje, samopouzdanje, očaj, mržnja, zavist i strah. Kao odraslim ljudima, za nas je izazov da u sebi stvorimo emocionalnu klimu i postojanost i odatle svjesno djelujemo sa suosjećanjem.

**Simbolično/opažajna veza:** Više od bilo koje druge čakre, četvrta čakra predstavlja sposobnost da «otpuštamo stvari i prepustimo ih Bogu.» S njezinom energijom prihvaćamo svoje emocionalne izazove kao produžetak Božanskog plana koji za cilj ima našu svjesnu evoluciju. Kada otpustimo svoju emocionalnu bol, kada otpustimo svoju potrebu da saznamo zašto su se stvari dogodile onako kako su se dogodile, dosežemo stanje mira. Međutim, da bismo postigli taj unutrašnji mir, moramo prigriliti iscjeljujuću energiju opraštanja i otpustiti manju potrebu za ljudskom pravdom koju sami određujemo.

**Veza sefirota/sakramenta:** Četvrta čakra odgovara sefirahu Tiferet, simboličnoj ljepoti i suosjećanju u Bogu. Ta energija predstavlja srce Božanskog - beskonačno ulijevanje životne sile koja nas hrani. Sakrament ženidbe povezan je s energijom četvrte čakre. Kao **arhetip**, brak predstavlja prvu i krajnju vezu s nama samima, unutrašnje sjedinjenje sebstva i duše.

Izazov svojstven četvrtoj čakri sličan je onom treće čakre, ali je duhovno istančaniji. Dok je žarište treće čakre na našim osjećajima o sebi samima u odnosu na materijalni svijet, četvrta čakra se usredotočuje na naše osjećaje o našem unutrašnjem svijetu - našu emocionalnu reakciju na vlastite misli, zamisli, stavove, nadahnuća kao i

pozornosti koju pridajemo svojim emocionalnim potrebama. Ta razina predanosti **bitan** je činitelj u stvaranju zdravih odnosa s drugima.

**Osnovni strahovi:** Strah od usamljenosti, obveza i «ravnanja prema svom srcu»; strah od nesposobnosti da se emocionalno zaštitimo; strah od emocionalne slabosti i prevare. Gubitak energije četvrte čakre dovodi do ljubomore, ogorčenosti, ljutnje, mržnje i nesposobnosti da oprostimo kako drugima tako i sebi.

**Osnovne jakosti:** Ljubav, opraštanje, suosjećanje, predanost, inspiracija, nada, povjerenje i sposobnost iscjeljivanja sebe i drugih.

**Sveta istina:** Četvrta čakra je središte moći ljudskog energetskog sustava, jer je **Ljubav Božanska moć**. Premda se inteligencija ili «mentalna energija» općenito smatra superiornijom emocionalnoj energiji, zapravo je emocionalna energija pokretač ljudskog tijela i duha. Ljubav u svom najčišćem obliku - neuvjetovana ljubav - jest supstancija Božanskog, s beskonačnom sposobnošću za oprostaj i odgovor na naše molitve. Naša srca su oblikovana da izraze ljepotu, suosjećanje, opraštanje i ljubav. Protivno je našoj duhovnoj naravi djelovati drukčije.

Nismo rođeni tako da nam ljubav glatko teče, pa čitav život trošimo učeći o njoj. Njezina energija je čista moć. Ljubav nas i privlači i zastrašuje. Ljubav nas potiče, nadzire, inspirira, iscjeljuje i uništava. Ljubav je gorivo za fizičko i duhovno tijelo. Svaki životni izazov jest poduka u nekom vidu ljubavi. Način na koji reagiramo na te izazove bilježi se u staničnom tkivu: živimo u okviru bioloških posljedica svojih biografskih odabira.

## Učenje moći ljubavi

Budući da ljubav ima takvu moć, njenu energiju upoznajemo postupno, u fazama. Svaka faza predstavlja poduku u intenzitetu i obliku ljubavi: opraštanju, suosjećanju, velikodušnosti, ljubaznosti, brizi o sebi i drugima. Faze se nižu prema redosljedu čakri: o ljubavi počinjemo učiti u svom plemenu, upijajući mnoge izraze njezine energije od članova obitelji. Plemenska ljubav može biti bezuvjetna, ali ona obično izražava očekivanje odanosti i plemenske podrške. U plemenskom okruženju, ljubav je energija koju međusobno dijele članovi iste zajednice.

Buđenjem druge čakre i učenjem veza prijateljstva, ljubav raste kako bi uključila i «autsajdere». Izražavamo ljubav dijeleći s drugima i brinući se o drugima s kojima nismo krvno povezani. I kako nam se treća čakra budi, otkrivamo ljubav za vanjske stvari, za osobne, tjelesne i materijalne potrebe koje mogu uključivati sport, akademske i teorijske rasprave, modu, udvaranje i seksualne odnose, zanimanje, dom i tijelo.

Sve te tri čakre odnose se na ljubav u vanjskom svijetu. Nekada, tijekom razvoja naše civilizacije, ova tri načina izražavanja ljubavi bila su sve što se tražilo u životu. Vrlo

malo ljudi je osjećalo potrebu za nečim višim od plemenske i partnerske ljubavi. Međutim, razvojem psihoterapije i duhovnih pokreta, ljubav je prepoznata kao sila koja utječe, a možda i određuje biološku aktivnost. Ljubav nam pomaže da iscijelimo druge i sebe.

Životne krize koje su u biti vezane za ljubav, kao što su razvod, smrt voljene osobe, emocionalno zlostavljanje, napuštanje ili preljubništvo, često su uzrok bolesti i nisu rezultat samo jednog događaja koji im je netom prethodio. Za tjelesno iscjeljenje često je potrebno, a možda i odlučujuće, iscjeljenje emocionalnih pitanja.

Jack, drvodjelac, star 47 godina, uložio je uistinu značajnu svotu svoje životne uštedevine u poslovni pothvat kojeg je zamislio njegov nećak Greg. Opisujući sebe kao «poslovnog novajliju», Jack mi je rekao kako se činilo da Greg uvijek točno zna što radi sa svojim ulaganjima i obećao mu je kako će to veliko ulaganje osigurati dovoljno novca za Jackov rani odlazak u mirovinu. Jackova žena Lynn dvojila je u svezi ulaganja cjelokupne njegove uštedevine u pothvat koji nije jamčio povratak novca, ali je Jack vjerovao svom nećaku i osjećao je da će se sve dogoditi baš kao što je očekivao.

Četiri mjeseca kasnije taj je poslovni pothvat doživio neuspjeh i Greg je nestao. Dva mjeseca kasnije Jack je doživio nezgodu na radu povrijedivši donji dio leđa. Počeo je patiti od visokog krvnog tlaka, počeo se povlačiti u sebe i postao je deprimiran. Pojavio se na jednoj od mojih radionica jer ga je na to prisilila Lynn, i sama sudionica tečaja, u očajničkom pokušaju da ga izvuče iz stanja nemoći.

Neki poremećaji su tako očiti da bilo koja osoba izvana može povezati stvari i shvatiti uzrok. Jackov financijski stres uz osjećaj da ga je nećak iskoristio, postali su bez sumnje pobješnjela vatra u Jackovoj psihi, što je rezultiralo slabošću donjeg dijela leđa i živca išijatikusa. Njegov bijes je dodatno potaknuo stvaranje visokog krvnog tlaka budući da se prepustio mračnim mislima u svezi svoje goleme zablude vjerujući obećanjima svog nećaka o bogatstvu. Jack je «obolio na srce» što je bila posljedica Gregove prevare te Jackovog osjećaja da je razočarao svoju ženu.

Kada je moje predavanje skrenulo na temu opraštanja, Jack je postao tako razdražljiv da je zamolio da iziđe iz predavaonice. Nisam željela da izađe jer sam znala da on mora čuti informacije koje sam iznosila, ali kad sam ga pogledala u lice, bilo mi je jasno da bi to samo još više povećalo njegovu nelagodu. Lynn se obratila Jacku kao da su njih dvoje sami u predavaonici, uzela ga je za ruku i rekla mu je da premda on kažnjava sebe zbog onoga što sada smatra činom gluposti, da je to, barem što se nje tiče, radio iz ljubavi. «Nikada neću povjerovati da se čin ljubavi nagrađuje patnjom,» rekla je i nastavila: «Vjerujem da ako promijeniš stajalište i držiš se istine da si podržao nekoga koga voliš jer si osjećao da je to ispravno, onda će - nekako - cijela ta stvar završiti dobro po nas. Ne želim da srdžba koju osjećaš prema svom nećaku uništi ostatak našeg života, već želim da jednostavno krenemo dalje.»



Jack je zajecao, promrmljavši riječi isprike i zahvalnosti svojoj ženi. To je jako djelovalo i na sve druge sudionike tečaja pa smo objavili stanku kako bi ostavili Jacka i Lynn nasamo. Dok sam izlazila iz predavaonice, Lynn me je zamolila da im se pridružim, a potom mi je rekla: «Mislim da mi sada možemo otići. S Jackom i sa mnom će sve biti u redu.»

Nekoliko mjeseci kasnije nazvala sam Jacka i Lynn da provjerim kako su. Lynn je rekla da se Jack vratio na posao i da mu leđa još uvijek zadaju problema, ali da ne bole tako jako. Krvni tlaak mu se normalizirao i više nije bio depresivan. Oboje su osjećali iznimnu slobodu glede svoje financijske nesreće, jer su iskreno bili u stanju oprostiti ono što se dogodilo i krenuti dalje. «Ni riječi nismo čuli od Grega», dodala je, «ali slutimo da ovih dana razmišlja više o toj svinjariji nego mi.»

Taj par je primjer duhovne moći srčane energije. Suosjećanje koje je teklo iz Lynninog srca u Jackovo tijelo dalo mu je podršku koja mu je bila potrebna da bi oprostio svom nećaku i sebi i nastavio sa svojim životom.

## **Ljubav prema sebi kao staza prema Božanskom**

Poznata je izreka: «Ako ne voliš sebe, ne možeš nikoga voljeti.» Pa ipak, za mnoge ljude ljubiti sebe predstavlja nejasnu zamisao koju često izražavamo na materijalan način - kroz raskalašenu kupovinu i nečuvene godišnje odmore. Ali kad čovjek nagrađuje sebe izletima i igračkama, to jest kada rabi tjelesnu ugodu za izražavanje samopoštovanja, to je zapravo ljubav treće čakre. Premda je ta vrsta nagrade ugodna, ona može priječiti naš dodir s dubljim emocionalnim pobudama srca koje izranjaju kada moramo procijeniti neku vezu, posao ili neku drugu problematičnu situaciju koja djeluje na naše zdravlje. Ljubiti sebe kao izazov četvrte čakre znači imati hrabrosti saslušati emocionalne poruke srca i duhovne smjernice. Arhetip prema kojem nas srce najčešće vodi na putu iscjeljenja je onaj «ranjenog djeteta».

«Ranjeno dijete» u svakom od nas sadrži štetne ili čak zapanjujuće emocionalne obrasce naše mladosti, obrasce bolnih sjećanja, negativnih stavova i poremećenih slika o nama samima. Ne znajući, nastavljamo djelovati u okvirima tih obrazaca kao odrasli ljudi, iako u novom obliku. Strah od napuštenosti, na primjer, postaje ljubomora. Seksualno zlostavljanje postaje poremećena seksualnost, često uzrokujući ponavljanje istog nasilja prema vlastitoj djeci. Djetetova negativna slika o sebi kasnije se može razviti u izvor poremećaja kao što su anoreksija, debljina, alkoholizam i druge ovisnosti isto kao i opsesivan strah od neuspjeha. Takvi obrasci mogu naštetiti našim emocionalnim vezama, našem osobnom i profesionalnom životu i našem zdravlju. Ljubav prema sebi počinje suočavanjem te arhetipske sile u psihi i otpuštanjem vlasti

ranjenog djeteta nad nama. Ako se ne iscijele, te nas rane prisiljavaju na život u prošlosti.

Derek je poslovan čovjek, star trideset i sedam godina. Pohađao je jednu od mojih radionica jer se želio riješiti nekih bolnih sjećanja iz djetinjstva. Derek je bio strašno zlostavljan kao dijete. Tukli su ga, nisu ga hranili kad je bio gladan, a za kaznu su ga znali prisiliti da nosi premalen broj cipela.

Derek je otišao od kuće nakon mature, uspješno je završio koledž, a onda se počeo baviti trgovinom. Prije nego što sam ga srela bio je već sretno oženjen i imao je dvoje male djece. I kao što je rekao, za njega je došlo vrijeme suočavanja sa svojim sjećanjima iz djetinjstva koje je do tada uspijevao održavati na udaljenosti, isto kao i svoje roditelje. Derekov otac je nedavno preminuo, a njegova majka je žarko željela obnoviti neku vrst kontakta s njim. Derek je pristao sresti se sa svojom majkom, ali je tijekom prvog susreta zahtijevao da sazna zašto su ona i njegov otac postupali tako grozno prema njemu.

U početku Derekova majka je poricala bilo kakvo zlostavljanje, da bi na kraju svalila svu krivicu na njegovog oca u svezi nekoliko situacija kojih se mogla sjetiti, napominjući da bi ona učinila nešto da je shvatila koliko je Derek bio nesretan. Onda se uzrujala i pitala je Dereka kako je mogao tako grubo postupati s njom koja je odnedavna i udovica. To je prilično tipična reakcija roditelja zlostavljača kada se suoče sa svojom odraslom djecom.

Derek je pažljivo slušao moje izlaganje o individualnim i plemenskim sjećanjima. Rekao mi je da nije vjerovao da su njegovi roditelji zločesti ljudi, nego samo zastrašeni ljudi koji možda nisu shvaćali posljedice onoga što su činili. Na kraju radionice Derek je rekao da je dobio puno toga za razmišljanje i bio je zahvalan na tome.

Četiri ili pet mjeseci nakon radionice, Derek mi je poslao kratko pismo. Odlučio je da je život prekratak da bi gajio neugodna sjećanja i odabrao je vjerovati kako bi povratak majke u njegov život bila prilika da joj pokaže, putem vlastitog braka i roditeljstva, kako se može živjeti s više ljubavi. Redovito se sretao sa svojom majkom i vjerovao je da će ubrzo jednoga dana «sve biti dobro.»

Derekova priča govori o iscjeljujućem vodstvu koje proizlazi iz sefiraha Tiferet, koji mu je rekao kako mora ponovno razmotriti svoja emocionalna sjećanja. Kao i uvijek, to vodstvo je došlo u vrijeme kada je Derek bio dovoljno zreo da djeluje prema njemu. Slijeđenje našeg intuitivnog vodstva je najviši oblik preventivne zdravstvene zaštite. Duhovne energije Derekovog srca upozorile su ga da bi njegova negativna sjećanja mogla početi narušavati njegovo tjelesno zdravlje. Intuitivni sustav svakog čovjeka djeluje na taj način. Rijetko se događa da nas on ne upozori na negativna strujanja koja nam mogu i hoće naškoditi. On nam također pokazuje kako možemo odabrati oslobođenje od negativne energije prije nego li se ona pretvori u tjelesnu bolest.

Iscjeljenje je moguće činom opraštanja. U životu i učenju Isusa, opraštanje je duhovni čin savršenosti, ali je i čin koji iscjeljuje tijelo. **Opraštanje nije više samo mogućnost, nego preduvjet za iscjeljenje. Isus je uvijek prvo liječio emocionalnu patnju ljudi, a potom je prirodno uslijedilo i tjelesno ozdravljenje.** Premda su Isusova ozdravljenja mnogi teolozi i svećenici na nedjeljnim propovijedima tumačili kao Božju nagradu za ispovijedanje svog lošeg ponašanja, opraštanje je bitan duhovni čin koji se mora dogoditi da bi se čovjek u potpunosti otvorio iscjeljujućoj moći ljubavi. Ljubav prema sebi označava dovoljnu brigu o nama samima pa možemo oprostiti ljudima iz svoje prošlosti, tako da nam rane ne mogu više nauditi - jer naše rane ne nanose štetu ljudima koji su nas povrijedili, nego nama. Otpuštanje vezanosti za te rane omogućuje nam da učinimo pomak od djetinjaste veze s Božanskim prve tri čakre u vezu u kojoj mi sudjelujemo s Božanskim u iznošenju ljubavi i suosjećanja četvrte čakre.

Energije četvrte čakre nas nadalje potiču prema duhovnoj zrelosti, iznad dijaloga roditeljdijete s Božanskim, iznad molbi za objašnjenje događaja, iznad straha od neočekivanog. Ranjeno dijete vidi Božansko kako djeluje u sustavu nagrade i kazne jer ljudi svojom logikom tako objašnjavaju sva svoja bolna iskustva. **Ranjeno dijete ne shvaća da u tim iskustvima, bez obzira kako bolna ona bila, leže duhovni uvidi.** Sve dok razmišljamo poput ranjenog djeteta, voljet ćemo uvjetno i s velikim strahom od gubitka.

Naša kultura je do sada naglašavala rane i žrtve, ali može se reći kako kao cjelina napreduje prema ozdravljenju. Međutim, kada uđemo u moć svojih rana, teško je uvidjeti kako otpustiti tu negativnu moć i krenuti prema naprijed da bismo postali «neranjeni» i stekli vlastitu moć. «Kultura četvrte čakre» je naša, a ona se još nije izvukla iz naših rana i ušla u duhovnu zrelost.

## **Buđenje svjesnog «ja»**

Iz četvrte čakre izlazimo tako što prolazimo kroz nju i učimo ono što je potrebno. Kada uđemo u unutrašnjost svog srca, ostavljamo za sobom poznate obrasce mišljenja tri niže čakre, a posebice svoje plemensko srce. Više se ne možemo zaštititi uobičajenim određenjima kao što su: «Moj prioritet su potrebe moje obitelji», ili «Ne mogu mijenjati posao, jer moja žena mora imati osjećaj sigurnosti» - a na ulazu u naše srce pozdravlja nas samo jedno pitanje: «A što je sa mnom?»

To pitanje je zazivanje, izvlačenje godinama potisnutih, ali dobro zabilježenih emocionalnih podataka koji u jednom trenu mogu odrediti novu stazu za nas. Možda ćemo pokušati otrčati natrag u zaštitu plemenskog uma, ali njegove sposobnosti stvaranja ugone više nema.

Počinjemo s veličanstvenim zadatkom samospoznaje putem otkrivanja svoje emocionalne naravi - ne u odnosu na bilo koga ili bilo što, nego u odnosu na sebe. S ili bez bilo koga tko bi igrao glavnu ulogu, osoba mora saznati: Što mi se sviđa? Što volim? Što me čini sretnom? Što mi je potrebno za uravnoteženost? U čemu sam jaka? Mogu li se osloniti na sebe? Koje su moje slabosti? Zašto činim stvari onako kako činim? Zašto mi je potrebna pažnja i odobravanje drugih? Jesam li dovoljno snažna osoba da budem bliska s drugom osobom i pri tom poštujem i svoje emocionalne potrebe?

Ta pitanja se razlikuju od pitanja plemenskog uma, što nas uči da se zapitamo: Što mi se sviđa **u odnosu prema drugima**? Koliko mogu biti jaka dok sam još uvijek privlačna **drugima**? Što mi je **od** drugih potrebno da bih bila sretna? Što moram u sebi promijeniti kako bi me **netko zavolio**?

Ova pitanja samoistraživanja ne slijedimo s lakoćom jer znamo da će odgovori zahtijevati promjenu. Prije šezdesetih ta su vrata samoistraživanja pripadala samo rubnim članovima društva - misticima, umjetnicima, filozofima i drugim stvaralačkim genijima. Susret sa svojim «ja» aktivira preobrazbu ljudske svijesti. Posljedica toga za mnoge je umjetnike i mistike uključivala dramatične epizode depresije, očaja, haluciniranja, vizija, pokušaja samoubojstva i nekontrolirani emocionalan nemir - kao i uzvišena stanja ekstaze u kombinaciji s tjelesnom i transcendentnom erotikom. Ljudi su općenito vjerovali da je cijena duhovnog buđenja previsoka i prerizična za većinu ljudi te da je ono određeno samo za nekolicinu «darovitih»

Ali revolucionarna energija šezdesetih navela je ljude da zapjevaju: «A što je sa mnom?» Otada je pokret ljudske svijesti vodio našu kulturu kroz arhetipski ulaz u kuću četvrte čakre. On je iznio na vidjelo tajne naših srdaca i prozborio o detaljima ranjenog djetinjstva koje još uvijek uvelike oblikuje osobnost nas odraslih ljudi.

Nije neobično što je kultura četvrte čakre svjedokom velikog porasta razvoda brakova. Otvaranje četvrte čakre preobrazilo je arhetip braka u arhetip partnerstva. Kao rezultat toga većina suvremenih brakova zahtijeva jak osjećaj svoga «ja» za uspjeh, a ne odricanje svoga «ja» kao što se to zahtijevalo u tradicionalnim brakovima. **Simbolično značenje sakramenta braka je prije svega u jedinstvu čovjeka s vlastitom osobnošću i duhom. Tek kad čovjek ima jasno unutrašnje razumijevanje samoga sebe, može stvoriti uspješno intimno partnerstvo. Povećanje broja razvoda je zbog toga izravno povezano s otvaranjem četvrte čakre koja po prvi put navodi ljude na samootkrivanje. Mnogi ljudi pripisuju krah svog braka činjenici da im njihov bračni partner nije dao podršku za njihove emocionalne, psihološke i intelektualne potrebe, te da su kao rezultat toga morali potražiti istinsko partnerstvo.**

Otvaranje četvrte čakre također je promijenilo svijest o zdravlju, iscjeljivanju i uzrocima bolesti. Dok se nekad mislilo da bolest uglavnom izazivaju izvori nižih čakri -

genetika i mikrobi - sada smatramo da bolest potječe s razine otrovnog emocionalnog stresa. Iscjeljenje započinje ozdravljenjem emocionalnih ozljeda. Čitav naš medicinski model preoblikovan je prema moći srca.

Sljedeća priča odražava taj pomak. Liječnika Perryja sreća sam na jednoj od svojih radionica. Perry je imao dobru liječničku praksu, što je dovelo do tipične razine profesionalnog i emocionalnog stresa. Kada je zdravstvo bilo zapljusnuto obavijestima o alternativnim teorijama i metodama, Perry ih je tu i tamo pročitao, ali je i dalje svojim pacijentima prepisivao konvencionalne tretmane jer nije dovoljno dobro poznao alternativne, pa ih nije mogao ni preporučiti.

Prije pet godina Perry je odlučio pohađati seminar alternativnih terapija. Bio je izuzetno impresioniran ne samo znanstvenom vjerodostojnošću iznesenog materijala, nego i studijama slučajeva o kojima su njegovi kolege raspravljali. Čim se vratio na posao, promatrao je svoje pacijente drukčije i počeo ih je tijekom redovitih pregleda ispitivati o njihovim osobnim problemima. Perry je počeo čitati knjige o holističkom zdravlju i pohađati i druga predavanja i seminare o temi koja ga je najviše zanimala - o emocionalnom činitelju bolesti. Malo pomalo, Perry je izgubio vjeru u konvencionalne tretmane. Htio je razgovarati o tome s kolegama, ali oni nisu pokazivali zanimanje za to. Došao je do točke kada mu više nije bilo ugodno ispisivati recepte, ali još nije imao dovoljno samopouzdanja da jednostavno preporuči pacijentu da potraži drugu vrst tretmana. Na posljatku se toliko bojao odlaska u svoju ordinaciju da je počeo razmišljati o napuštanju liječničke prakse. A onda je jednoga dana, pripremajući se primiti novog pacijenta, doživio srčani udar. Tijekom oporavka tražio je savjetovanje s psihijatrom i duhovnim savjetnikom. Bio je pod njihovim tretmanom nekoliko mjeseci, a potom je uzeo dopust i proučavao alternativnu skrb. Na posljatku je ustanovio zdravstveni centar gdje se emocionalne, psihološke i duhovne potrebe pacijenata tretiraju zajedno s tjelesnim potrebama.

«Doživio sam zaista ozbiljan srčani napad», rekao je Perry. «Uvijek ću vjerovati da sam povratio zdravlje jer sam se podvrgnuo terapiji, a zbog toga se vratio k sebi. Nisam nikada shvaćao da sam obolio na srcu zbog svoje liječničke prakse sve dok moje srce to nije tako jasno reklo. Što je moglo biti očitije? Zbog vlastite sigurnosti, prema svojim pacijentima moram se odnositi s onom skrbi i sviješću za koje sada znam da su im potrebni. I prema sebi se moram odnositi drukčije, tako da više ne ostajem duže u ordinaciji kao što sam to nekada radio. Sada mi je briga o sebi na prvom mjestu. Čitav moj život je zdraviji, jer sam se razbolio i odlučio povjerovati kako je srčani napad daleko znakovitiji i smisleniji od pukog električnog problema u mom koronarnom sustavu.»

## Iznad govora povreda

Kao kultura zasnovana na četvrtoj čakri posjedujemo jezik intimnosti koji se sada temelji na povredama. Prije šezdesetih, prihvatljiv razgovor sastojao se uglavnom od razmjene obavijesti o pitanjima prve, druge i treće čakre: imenu, mjestu rođenja, poslu i hobijima. Rijetko bi se otkrivali detalji o seksualnim željama ili dubini svoje psihološke ili emocionalne muke. Našoj kulturi još nije bilo ugodno s tom razinom rasprave pa nam je nedostajao i rječnik za to.

Međutim, otkako smo postali kultura četvrte čakre, postali smo u psihoterapijskom smislu tečni u procesu stvaranja novog jezika intimnosti kojeg ja nazivam «ranologijom». Sada rabimo otkrivanje i razmjenu svojih povreda kao bitan sadržaj razgovora, zaista, kao ljepilo koje veže vezu. U tome smo postali vrlo dobri. Zapravo, promijenili smo svoje rane u tip «valute u međusobnom odnosu» koju rabimo da bismo nadzirali situacije i ljude. Bezbrojne skupine koje pomažu ljudima u lakšem prolasku kroz vlastitu povijest zlostavljanja, incesta, ovisnosti, batina, da nabrojim samo neke, služe samo da unaprijede ranologiju kao naš suvremeni jezik intimnosti. U okviru tih dobronamjernih skupina podrške, članovi dobivaju - često po prvi puta - toliko potrebnu potvrdu za ozljedu koju su pretrpjeli. Izljevi suosjećanja od strane članova takve skupine čine se poput ispijanja velike čaše hladne vode po vrućem, toplom danu.

Prije nekoliko godina postala sam svjesna kako je ranologija uzela maha i to tijekom incidenta sa ženom s kojom sam izlazila na ručak. Dok sam je čekala, pila sam kavu s dva muškarca. Kada je Mary stigla, upoznala sam je s lanom i Tomom, a istodobno nam je pristupio još jedan muškarac da pita Mary je li slobodna osmog lipnja jer njegova zajednica tada očekuje specijalnog gosta i potreban im je netko tko će ga provesti kroz zdanje i terene škole. Primijetite da je postavljeno pitanje glasilo: «Jeste li slobodni osmog lipnja?» pitanje koje zahtijeva odgovor «Da» ili «Ne.»

Umjesto toga, Mary je odgovorila: «Osmi lipnja? Jeste li rekli osmog lipnja? Apsolutno ne. Sve druge dane, ali ne osmog lipnja. Osmog lipnja imam radionicu onih koji su proživjeli incest, a mi nikada ne želimo razočarati jedni druge. Predani smo pružiti podršku jedan drugome i bez obzira na bilo što, mi smo tamo jedan za drugoga. Apsolutno ne taj dan. Morat ćete naći neku drugu osobu. Jednostavno ne mogu prekršiti obvezu prema svojoj skupini. Svi smo mi kršili obveze i sada smo posvećeni da ne postupamo jedan s drugim s istim nehajem.»

Wayne, muškarac koji ju je to pitao, jednostavno je rekao: «Dobro, hvala.» i otišao. Ali ja sam bila prestravljena, isto kao lan i Tom. Potom smo Mary i ja krenule na ručak, a kada smo ostale same, zapitala sam je: «Mary, htjela bih znati zašto si Wayneu dala tako dramatičan odgovor na pitanje jesi li slobodna osmog lipnja. Hoću reći, nakon dvanaest sekundi pošto si sreala lana i Toma, očito da ti je bilo krajnje važno dati im do

znanja da si doživjela incest kao dijete i da si još uvijek bijesna zbog toga. Htjela si da ti muškarci to saznaju. S moje točke gledišta, bilo je očito da si htjela da tvoja emocionalna prošlost nadzire razgovor za stolom. Htjela si da ti ta dva muškarca pristupe pažljivo i željela si priznanje kao ranjena osoba. Istresla si taj podatak onda kada te je Wayne pitao samo za osmi lipnja - i jedino što si trebala odgovoriti je «da» ili «ne». Zašto moraš svakom dati do znanja da si u prošlosti doživjela incest?»

Mary me je pogledala kao da sam je prevarila i odgovorila: «Jer ja **jesam** žrtva incesta.»

«Mary, znam to. Pitam te zašto si to njima morala dati do znanja?» Mary je rekla da očito ništa ne znam o emocionalnoj podršci, naročito među žrtvama incesta. Objasnila sam Mary kako sam shvatila da je preživjela vrlo teško djetinjstvo, ali da ozdravljenje znači izdići se iznad boli, a ne «tržiti» je. Kao prijateljica, morala sam joj reći da je postala ozbiljno opsjednuta važnošću svojih rana, što je upravo suprotno od pravog iscjeljenja. Rekla mi je da moramo preispitati naše prijateljstvo, a kada smo toga dana završile s ručkom u restauraciji, i naše je prijateljstvo završilo.

Ali, bila sam osupnuta time što sam upravo doživjela. Ona nikada nije odgovorila na moje pitanje. Ona je bila skroz ukopana u svoje rane, toliko ukopana da su joj one počele predstavljati neki tip društvene valute. Osjećala je da posjeduje određene povlastice zbog svog bolnog djetinjstva. Imala je povlasticu prozvati se bolesnom na poslu kad god je morala «proraditi» svoja sjećanja. Dobivala je financijsku pomoć od oca zato što joj je on to učinio te beskrajnu emocionalnu podršku od svih njezinih «prijateljica.» Prema Mary, pravi prijatelji su ljudi koji razumiju njezine krize i koji preuzimaju njezine odgovornosti kad god one postanu prevelik teret za nju.

Bilo je neobično to što sam već sutradan morala održati kratko predavanje baš u toj zajednici. Stigla sam ranije i sjela pokraj žene koja je došla na moje predavanje: «Zdravo! Kako se zovete?» Nije se čak niti okrenula prema meni dok je odgovarala: «Pedeset i šest mi je godina i žrtva sam incesta. Naravno, ja sam to prebrodila jer pripadam skupini žrtava incesta, a mi smo sustav podrške jedni drugima. Moj život je ispunjen zbog ovih ljudi.» Bila sam šokirana, ne samo zbog toga što je taj razgovor bio ponavljanje iskustva s Mary, nego zbog toga što sam je samo pitala kako se zove.

Rane kao jezik intimnosti pronašle su arenu za izražavanje u okviru naših veza kao i u iscjeljujućim skupinama podrške. U stvari, nije pretjerivanje ako se kaže da naši rituali suvremenih romantičnih vezivanja praktički **zahtijevaju** ranu za «uzlet». Tipični ritual vezivanja izgleda nekako ovako: dvoje ljudi se sretne po prvi put. Oni razmjene imena, mjesto rođenja i možda neke podatke o etničkom ili religioznom podrijetlu (podaci prve čakre). Zatim razgovor skreće na teme druge čakre: zanimanje, priče o prošlim vezama koje uključuju brakove, razvode i djecu te možda financije. Iza toga slijedi razmjena informacija treće čakre kada se govori o osobnim sklonostima glede navika u prehrani, rasporeda tjelovježbi, aktivnostima u slobodno vrijeme i možda programima za osobni

razvoj. Žele li oni stupiti u intimnu vezu, kreću se na četvrtu čakru. Jedna osoba otkriva ranu koju još uvijek «prorađuje.» Htjedne li druga osoba reagirati na «vezujući» način, ona će pronaći odgovarajuću ranu iste veličine. Ako se to dobro složi, oni postaju «par prema ranama.» Njihova će veza uključivati sljedeće neizgovorene stavke ugovora:

1. Bit ćemo zajedno da podržimo jedan drugoga u teškim sjećanjima povezanim s tom ranom.
2. Ta podrška će uključivati reorganizaciju bilo kojeg vida našeg društvenog života, ili čak posla, ako su to potrebe našeg ranjenog partnera.
3. Ako je potrebno, mi ćemo preuzeti dužnosti našeg ranjenog partnera, čime ćemo pokazati kako smo iskreni u svojoj podršci.
4. Uvijek ćemo ohrabriti našeg partnera da proradi svoje rane s nama i odvoji onoliko vremena za oporavak koliko je potrebno.
5. Mi ćemo prihvatiti, s minimalnim otporom, sve slabosti i nedostatke ukorijenjene u tim ranama, budući da je prihvaćanje bitno za iscjeljenje.

Ukratko, veza koja se temelji na intimnosti rana prešutno je jamstvo da će oslabljeni partneri uvijek trebati jedan drugoga i da ćemo zauvijek imati otvoren prolaz u nutrinu jedni drugima. Glede komunikacije, takve veze predstavljaju sasvim novu dimenziju ljubavi, onu koja je usmjerena prema terapijskoj podršci i podržavanju međusobnih obveza u cilju iscjeljenja. Glede moći, partneri nisu nikada imali tako lak pristup ranjivosti jedni drugih i nadzor nad intimnom vezom. Ranologija je potpuno poremetila određenje intimnosti.

Ranjena intimnost je našla golemu podršku u okviru holističkih zajednica za iscjeljivanje, naročito u literaturi o vezama između emocionalne boli i bolesti te između iscjeljivanja emocionalnih trauma i zdravstvenog oporavka. Skupine za podršku oblikuju se oko svakog mogućeg tipa emocionalne traume, od incesta preko zlostavljanja djece, nasilja u kući do velike žalosti što nam je član obitelji u zatvoru. Televizijski razgovori žive od toga što se detalji o ranama ljudi javno iznose. (Ne samo da živimo u okviru svojih rana, nego nas zabavljaju rane drugih.) Zakonski sustav je naučio kako pretvoriti rane u ekonomsku moć: oglasi na televiziji ohrabruju ljude da razmotre tužbe kao način prevladavanja svojih ozljeda.

Prije šezdesetih, definicija zrelosti i snage označavala je zadržavanje svoje boli i ranjivosti za sebe. Međutim, naša suvremena određenja uključuju sposobnost izlaganja svoje unutrašnje slabosti drugoj osobi. Dok je prvotna namjera ovih skupina podrške bila pomoći ljudima doživjeti ohrabrujuću, suosjećajnu reakciju na osobnu krizu, nitko nije očekivao da će se one nastaviti i nakon što osoba ozdravi, a još manje da ona



djeluje kao zastupnik tog iscjeliteljskog postupka. One su trebale biti samo čamac za prelazak preko rijeke promjene.

Ali vrlo malo članova se htjelo osloboditi svog čamca za spašavanje kada su dospjeli na drugu obalu. Umjesto toga, oni su prolaznu fazu svog života učinili doživotnim životnim stilom. Jednom kad su naučili govoriti jezikom ranologije, u našoj kulturi četvrte čakre, njima je postalo jako teško odreći se povlastica koje prate iskustvo ranjenosti.

Bez programa za iscjeljivanje, riskiramo postati ovisnici onoga za što smatramo da su podrška i suosjećanje. Odjednom otkrivamo kako smo počeli vjerovati da nam je potrebno sve više i više vremena za «prorađivanje» svojih rana. Budući da je podržavajuća reakcija tako dugo kasnila, članovi skupine se je često čvrsto drže sa strašću koja kaže: «Nikada neću otići odavde jer je to jedino mjesto gdje sam pronašao podršku. Za mene nema podrške u običnom svijetu. Zbog toga ću živjeti «u procesu» i među ljudima koji shvaćaju kroz što sam prošao.»

Problem u takvim sustavima podrške je taj što je teško reći kad je neka osoba dobila dovoljno podrške i kada može nastaviti s vlastitim životom. Na mnogo načina taj problem odražava naše iskrivljeno razumijevanje suosjećanja. Suosjećanje, kao emocija četvrte čakre i jedna od duhovnih energija sadržanih u sefirahu Tiferet, jest snaga da se poštuje patnja drugog čovjeka u vrijeme dok mu se vraća moć za život. Budući da naša kultura nije toliko dugo dozvoljavala vrijeme za iscjeljivanje srca, niti uviđala potrebu za tim, nama je više nego nadoknađen taj raniji propust, tako da sada ne uspijevamo odrediti vremenske granice u svezi iscjeljenja. Mi tek moramo stvoriti model zdrave intimnosti koji ima punomoć, ali je ipak ranjiv. Trenutačno, riječ **iscijeljen** opisujemo kao suprotnost riječi **potrebit**. Zbog toga, biti iscijeljen znači biti potpuno samostojeći, uvijek pozitivan, uvijek sretan, uvijek siguran u sebe i nikada ne imati potrebu za bilo kim. Nije čudo što se samo nekolicina smatra «iscijeljenima».

## Staza prema moćnom srcu

Iscjeljenje je jednostavno, ali nije lako. Ima tek nekoliko koraka, ali oni zahtijevaju veliki napor.

**1. korak:** Posvetite se iscjeljivanju sve do izvora boli. To znači, okrenite se prema unutra da biste spoznali svoje rane.

**2. korak:** Jednom kada ste «unutra», utvrdite svoje rane. Jesu li one postale oblik «ranemoći» u vašem sadašnjem razdoblju života? Ako ste preustrojili svoje rane u moć, sagledajte zašto vas je strah iscjeljenja? Tijekom utvrđivanja rana dobro je imati nekog tko će ih «posvjedočiti» kao i njihov utjecaj na vaš razvoj. Potrebna vam je barem jedna osoba, psihoterapeut ili možda prijatelj, koji je sposoban raditi s vama na ovakav način.

**3. korak:** Jednom kada riječima izrazite svoje rane, promatrajte kako ih koristite da biste utjecali ili čak nadzirali ljude oko vas kao i sebe. Jeste li ikada rekli da vam zbog tih rana nije dobro kako biste, na primjer, otkazali neki sastanak, a osjećali ste se dobro? Jeste li ikada nadzirali drugu osobu govoreći kako vas njezini postupci podsjećaju na vaše roditelje? Jeste li si ikada dozvolili prekid s nečim, ili nešto uopće niste ni probali jer nadugačko razmišljate o svojoj prošlosti i tako potičete depresiju? Bojite li se da ćete kroz vlastito iscjeljenje izgubiti bliske veze s određenim ljudima u svom životu? Bojite li se odabrati vlastito iscjeljenje zato što će se od vas zahtijevati da napustite, u manjoj ili većoj mjeri, život koji vam je poznat? To su pitanja koja si morate iskreno postaviti, jer ona predstavljaju najznačajniji skup razloga zašto ljudi ne žele ozdraviti.

Promatrajući se tijekom dana, pažljivo bilježite izbor rječnika kojim govorite, uporabu psihoterapijskog jezika i svoju tečnost u ranologiji. Zatim utvrdite nove obrasce međudjelovanja s drugima koji se ne oslanjaju na moć rana. Promijenite svoj rječnik, uključujući i to kako govorite o sebi. Pokaže li se promjena tih obrazaca teškom, shvatite da je češće daleko teže otpustiti moć koju crpate iz svoje rane nego što je otpustiti sjećanje na bolno iskustvo. Osoba koja ne može otpustiti moć rane je ovisnik o rani i, kao što je to slučaj sa svim ovisnostima, ovisnost o rani nije lako prekinuti. Ne bojte se zatražiti psihoterapeutsku pomoć da biste prošli kroz ovaj korak, ili bilo koji drugi.

**4. korak** Utvrdite sve ono dobro koje može i koje već jest proisteklo iz vaših rana. Počnite živjeti sa sviješću vrednovanja i zahvalnosti ili ako morate – «pretvarajte se da to činite dok ne uspijete u tome.» Započnite s nekom duhovnom praksom ili se držite one koju već provodite. Nemojte biti nemarni u svezi svoje duhovne discipline.

**5. korak:** Kada utvrdite svijest vrednovanja, možete prijeći na izazov opraštanja. Premda je oprost privlačan u teoriji, on je za većinu ljudi krajnje neprivlačna osobna akcija, uglavnom zbog toga što ljudi ne shvaćaju pravu narav oprosta. Oprost nije isto kao kad osobi koja vas je povrijedila kažete: «Sve je u redu», što je manje ili više način na koji ljudi gledaju na oprost. Prije bi se moglo reći da je opraštanje svjestan složeni čin, onaj koji oslobađa psihi i dušu od potrebe za osobnom osvetom i zapažanjem sebe kao žrtve. Opraštanje je više od prestanka optužbe ljudi koji su uzrokovali naše rane; ono znači osloboditi se nadzora koji zapažanje sebe kao žrtve ima nad našom psihom. **Oslobađanje koje se stvara opraštanjem dolazi u prijelazu prema višem stanju svijesti - ne samo u teoriji, nego energetski i biološki. Zapravo, posljedica iskrenog čina opraštanja graniči s onim što je čudesno. Smatram da ono može sadržavati energiju koja i sama stvara čuda.**

Procijenite što morate napraviti da biste oprostili drugima - i sebi, ukoliko je potrebno. Morate li kontaktirati bilo koga za intimniji razgovor, važno je da ne nosite poruku krivnje kao svoj osobni dnevni red. Ako je nosite, onda niste iskreno spremni otpustiti je i

krenuti naprijed. Imate li potrebu pismeno razmijeniti svoje intimne misli s nekom osobom, učinite to, ali pripazite na to da vam je namjera povući svoj duh iz onoga što je bilo jučer, a ne poslati još jednu poruku srdžbe.

Na koncu, napravite službenu ceremoniju za sebe u kojoj ćete pozvati svoj duh natrag iz svoje prošlosti i osloboditi se negativnog utjecaja svih svojih rana. Bez obzira na to sviđa li vam se više obred ili zatvorena molitvena služba, provedite svoju poruku opraštanja na «služben» način da biste utvrdili novi početak.

**6. korak:** Razmišljajte o ljubavi. Živite u poštovanju i zahvalnosti. Zazovite promjenu u svoj život, ako nikako drukčije, onda svojim stavom. I stalno se podsjećajte poruke svih duhovnih učitelja vrijednih pozornosti: neka vam duh bude u sadašnjem vremenu. Jezikom Isusa: «Ostavite mrtve i nastavite svojim životom.» I kao što je Buddha rekao: «Postoji samo sada.»

Neobična stvar u svezi razumijevanja iscjeljenja je da ovisi o tome tko vam govori - ili ćete vjerovati kako nema ničeg lakšeg od toga ili da ništa nije od toga složenije.

Četvrta čakra je središte ljudskog energetskog sustava. Sve se u našem životu i oko njega pokreće na gorivo srca. Svi ćemo proći kroz iskustvo koje ima za cilj «slomiti srce» i to ne na dva nego mnogo dijelova. Neovisno od toga kako je vaše srce slomljeno, vaš izbor je uvijek isti: Što ćete napraviti sa svojom boli? Hoćete li je uporabiti kao izgovor i dopustiti da vama ovlada još veći strah ili ćete odbaciti vlast materijalnog svijeta nad vama putem čina opraštanja? Upravo to pitanje koje je sadržano u četvrtoj čakri, postavljat će vam se iznova i iznova u vašem životu, sve dok odgovori koje budete dali ne postanu vaše oslobođenje.

Suptilne energije sefiraha Tifret i sakramenta braka stalno nas usmjeravaju na otkrivanje sebe i ljubav prema sebi. Ta ljubav je bitan ključ za pronalaženje sreće za koju smo uvjereni da leži izvan nas, ali nas duhovni tekstovi podsjećaju da ćemo je jedino naći unutra. Ima previše ljudi koji se boje upoznati sebe, uvjereni da bi samospoznaja značila živjeti usamljeno, bez sadašnjih prijatelja i partnera. Premda kratkotrajan učinak samospoznaje može dovesti do promjena, kada se promatra dugoročno - napojeni sviješću, a ne strahom - ona će nam donijeti više ispunjenja. Nema smisla tragati za intuitivnom svjesnošću, a onda sve činiti tako da tu svijest očuvamo od uznemirenja našega života. Jedini put do duhovne svijesti je putem srca. O toj istini se ne može pogađati, bez obzira koju duhovnu tradiciju odabrali kao sredstvo za upoznavanje Božanskog. **Ljubav je Božanska moć.**

## Upitnik za testiranje

1. Koja emocionalna sjećanja još morate iscijeliti?
2. Koje veze u vašem životu zahtijevaju iscjeljenje?
3. Jeste li ikada uporabili svoje emocionalne rane da biste nadzirali ljude i situacije? Ako jeste, opišite ih.
4. Jeste li si ikad dozvolili da vas nadziru rane drugih ljudi? Kako biste se osjećali ukoliko biste si dozvolili da vam se to ponovno dogodi? Koje korake ste spremni poduzeti da spriječite da vas drugi ponovno ne nadziru na taj način?
5. Čega se bojite u svezi emocionalnog iscjeljenja?
6. Povezujete li emocionalno zdravlje s time što više nemate potrebu za intimnom vezom?
7. Kako vi shvaćate opraštanje?
8. Kojim ljudima još niste oprostili i što vas sprečava da otpustite bol koju povezujete s njima?
9. Što ste vi učinili, a što je potrebno oprostiti? Koji ljudi rade na tome da vam oproste?
10. Kako vi shvaćate zdravu intimnu vezu? Jeste li spremni otpustiti uporabu svojih rana da biste se otvorili u takvoj vezi?

## POGLAVLJE 5

### PETA ČAKRA: MOĆ VOLJE

Peta čakra utjelovljuje izazove prepuštanja vlastite snage volje i duha volji Božjoj. S duhovnog motrišta, naš najviši cilj jest potpuno prepuštanje naše osobne volje u «ruke Božanskog.» Isus i Buddha, kao i drugi veliki učitelji, ovladali su u potpunosti tim stanjem svijesti, potpunim jedinstvom s Božanskom voljom.

**Mjesto:** Grlo

**Energetska veza s fizičkim tijelom:** Grlo, štitnjača, dušnik, jednjak, hipotalamus, vratni kralješci, usta, vilica i zubi.

**Energetska veza s fizičko/mentalnim tijelom:** Peta čakra je u rezonanciji s brojnim emocionalnim i mentalnim borbama koje su uključene u učenje naravi moći izbora. **Sve** bolesti su povezane s petom čakrom jer je izbor uključen u svaki detalj našeg života, pa prema tome i u svaku bolest.

**Simbolično/opažajna veza:** Simboličan izazov čakre snage moći jest napredovati kroz dozrijevanje volje: od plemenskog zapažanja da svatko i svi oko vas imaju vlast nad vama, kroz zapažanje da samo vi imate vlast nad sobom, do konačnog zapažanja da istinska vlast dolazi kada postanete jedno s Božjom voljom.

**Osnovni strahovi:** Strahovi povezani sa snagom volje postoje u svakoj čakri. Bojimo se da nećemo imati vlast ili moć izbora u našem vlastitom životu, prvo u okviru vlastitog plemena, a potom u svojim osobnim i profesionalnim vezama. A onda se bojimo da nećemo imati vlast nad sobom, da ćemo izmaći vlastitom nadzoru kada moramo reagirati na stvarnost, na novac, na moć i na emocionalan nadzor neke druge osobe koja se brine za našu dobrobit. I konačno, bojimo se volje Božje. Za pojedinca koji teži osvještavanju zamisao prepuštanja svoje moći izbora Božanskoj sili predstavlja najveću borbu.

**Osnovne snage:** Vjera, samospoznaja i osobna vlast, sposobnost donošenja odluka znajući da, bez obzira na to kakvu odluku donijeli, moramo održati riječ sebi ili drugoj osobi.

**Veza sefirota/sakramenta:** Peta čakra odgovara sefirahu Hesod, koja predstavlja ljubav i milost Božju, te Gevurah koji predstavlja Božji sud. Ta dva sefirota su desna i lijeva ruka Božja i predstavljaju uravnoteženu narav Božanske volje. Dublji smisao tih sefirota je da je Božansko milostivo i da samo Bog ima pravo procjenjivati odluke koje donosimo. Sefirah Hesod nas podsjeća da rabimo tople riječi u međusobnom

ophodenju, a sefirah Gevurah nas podsjeća da govorimo pošteno i čestito. Sakrament ispovijedi je povezan s petom čakrom, a on je simbol činjenice da smo svi odgovorni za način na koji rabimo svoju snagu volje. Putem sakramenta ispovijedi daje nam se mogućnost da povučemo svoj duh iz «negativnih misija» na koje smo ga poslali, što je posljedica naših negativnih misli i djela.

**Sveta istina: Peta čakra je središte izbora i posljedice, središte karme. Svaki odabir koji napravimo, svaka misao i osjećaj koji imamo, čin je moći koji ima biološke, društvene, osobne i globalne posljedice. Mi smo svugdje gdje su naše misli i tako naša osobna odgovornost uključuje i naše energetske pridonose.**

Što bismo izabrali, kada bismo zaista mogli vidjeti energetske posljedice? Možemo pristupiti toj vrsti predviđanja jedino ukoliko se držimo svete istine **Predajte osobnu volju Božanskoj volji**. Duhovne poduke pete čakre pokazuju nam da akcije motivirane osobnom voljom koja ima povjerenja u Božansku vlast stvara najbolje rezultate.

Čovjekove misli i stavovi također imaju koristi od prihvaćanja višeg vodstva. Jedna žena, koja mi je ispriopovijedala svoje iskustvo tik do smrti, promatra svaku odluku koju donese kao energetska upliv na cjelokupni život. Ona je kratko vrijeme bila u stanju tjelesnog i netjelesnog života i ponovno je vidjela sve odluke koje je do tada donijela u svom životu. Bila je svjedokom posljedica tih akcija na sebe, druge ljude i cijeli svoj život. Bilo joj je pokazano kako je takvo vodstvo oduvijek nastojalo prodrijeti u njezin svjesni um. Bez obzira je li donosila odluku o haljini ili zanimanju kojim će se baviti, nijedan izbor nije bio tako beznačajan da bi ga Božansko zanemarilo. Pri kupovini haljine bila joj je pokazana trenutačna energetska posljedica te «rasprodaje», sve do dugačkog lanca ljudi koji su bili uključeni u stvaranje i distribuciju. Sada pita za vodstvo prije svake odluke koju mora donijeti.

Shvaćanje energetske posljedice naših misli i uvjerenja, kao i naših akcija, može nas prisiliti da postignemo novi stupanj poštenja. O laganju, bilo drugima bilo sebi, ne treba niti govoriti. Iskreno, potpuno iscjeljenje zahtijeva da budemo poštenu prema sebi. Nesposobnost da budemo poštenu prijeći iscjeljivanje isto toliko ozbiljno kao i nesposobnost opraštanja. Poštenjem i opraštanjem vraćamo svoju energiju - svoj duh - iz energetske dimenzije «prošlosti.» Naša peta čakra i duhovne poduke pokazuju nam da naša osobna moć leži u našim mislima i stavovima.

## **Posljedice straha**

Najskuplje energetske posljedice proizlaze iz straha. Čak ako nas odluke donesene iz straha dovedu do onoga što želimo, one također stvaraju neželjene popratne pojave. Ta iznenađenja nas poučavaju da odlukama iz straha gazimo svoje povjerenje u Božansko vodstvo. Svi mi živimo, barem ponekad, u obmani da sami odlučujemo o

svom životu. Težimo novcu i društvenom statusu kako bismo imali veću moć izbora, tako da ne moramo slijediti one odabire koje su drugi načinili za nas. Zamisao da svjesnost zahtijeva predavanje osobne volje Božanskoj, bit će u izravnom sukobu sa svim onim što smatramo mjerom ovlaštene osobe.

Tako možemo ponavljati ciklus straha-iznenađenja-straha-iznenađenja dok ne dođemo do mjesta kad ćemo u molitvi reći: «Ti odaberi, ja ću slijediti.» Kada iskažemo tu molitvu, vodstvo može ući u naš život, zajedno s beskrajnim djelima sinkroniciteta i slučajnosti koje to nisu - Božansko «miješanje» na najbolji mogući način.

Emily, stara trideset i pet godina, učiteljica je razredne nastave. Prije trinaest godina izgubila je lijevu nogu jer je oboljela od raka. Bilo je to ubrzo pošto je diplomirala. Tijekom rehabilitacije vratila se kući kako bi živjela sa svojim roditeljima. Njezin boravak za koji su očekivali da će trajati oko godinu dana, pretvorio se u boravak od deset godina jer Emily nije nikako uspjela ponovno steći svoju neovisnost i bivala je sve potištenijom i sve više zastrašena zamisli da se počne brinuti o sebi. Tjelesnu aktivnost svela je na hodanje oko svoje zgrade. Sa svakom minulom godinom, Emily se sve više povlačila u domu svojih roditelja pa je na koncu prestala uopće izlaziti na ugodne šetnje.

Njezini roditelji su joj predložili psihoterapiju, ali nije htjela ni čuti o tome. Njezina majka mi je to ovako predočila: «Sve što bi Emily radila, dan za danom, bilo bi da se prepusti svom uvjerenju da je gubitak noge uništio njezine prigode za udaju, stvaranje vlastite obitelji ili bilo koji drugi oblik vlastitog života. Osjećala se «označenom» zbog svog iskustva s rakom i ponekad bi rekla kako želi da joj se rak povрати i «dovrši posao».»

Kao posljedica kćerine bolesti, njezina majka se zainteresirala za alternativne tretmane. Prije nego što smo se sreli, ona i njezin muž skupljali su hrabrost da zamole Emily da se iseli i počne samostalno živjeti. Emily je morala naučiti brinuti se o vlastitim potrebama i iscijeliti svoje psihičko stanje. Morala se ponovo osloniti na snagu svoju volje.

Emilyni roditelji su unajmili i namjestili stan za nju i ona se uselila u njega ljuta i zastrašena. Roditeljima je rekla da su je napustili. Za manje od mjesec dana srela je susjedu Lauru, samohranu majku koja je živjela sa svojim desetogodišnjim sinom kojeg su zvali T.J. Taj je dječak uvijek dolazio kući iz škole ranije nego što je njegova majka dolazila s posla. Emily bi ga čula kako nešto radi po stanu, gleda televiziju, zalogaji i čeka gotovo tri sata sam samcat dok mu se mama ne vrati s posla.

Jednoga poslijepodneva Emily se vraćala kući iz trgovine upravo kada se Laura vraćala s posla. Počele su razgovor o T.J.-u i Laura je rekla kako je zabrinuta zbog njegove domaće zadaće i količine vremena koju provodi sam poslije škole. Emily se iznenada dragovoljno ponudila ne samo da se svako poslijepodne brine o T.J.-u, nego i

da nadgleda njegove domaće zadaće, budući da je školovana učiteljica. Laura se zahvalno složila s tim i sutradan poslijepodne Emily je počela podučavati T.J.-a.

Nakon nekoliko tjedana pronio se glas po čitavom stambenom bloku zgrada da postoji «sjajna učiteljica» koja je spremna poučavati i brinuti se o djeci poslije škole. Emily je bila obasuta molbama zaposlenih roditelja. Pitala je upravitelja stambenog bloka ima li kakve slobodne prostorije. Slobodna prostorija je pronađena, plaćanje sređeno i Emily je - za manje od tri mjeseca pošto je napustila roditeljski dom, «ponovno oživjela».

Dok mi je Emily pričala svoju priču, nekoliko puta se vratila na spontanost s kojom se ponudila biti kućna učiteljica T.J.-u. Njezina ponuda «joj je izletjela iz usta» i prije no što je imala priliku razmisliti o njoj. Da je o tome razmišljala, rekla je, nikada ne bi ponudila pomoć. Upravo zbog toga što je taj čin bio suprotan njezinom karakteru, za tren je pomislila da ju je samo nebo «usmjerilo» na podučavanje T.J.-a. Na koncu je Emily počela vjerovati da je njeno kućno učiteljstvo bilo isplanirano, ne samo za T.J.-a, već i za skupinu od jedanaestero druge djece o kojoj se brinula sve dok se naredne jeseni nije vratila poslu učiteljice u školi.

Bez obzira na razlog, Emily je imala milost što je prepoznala vodstvo. Čim se počela brinuti o drugima, napustio ju je strah da se drugi neće brinuti za nju. Shvatila je da je ona sama živi dokaz da se Bog brine o potrebama svih i to je obnovilo njezinu vjeru.

## Vjera

Bit pete čakre je vjera. Kada vjerujemo u nekoga, dio svoje energije prenosimo na tu osobu. Kada vjerujemo u neku zamisao, prenosimo dio svoje energije u nju. Kada vjerujemo u strah, prenosimo dio svoje energije u taj strah. Kao rezultat te energetske predanosti, mi - naš um, srce i život - postaje utkan u posljedice. Naša vjera i naša moć izbora su, u stvari, moći samog stvaranja. **Mi smo posude kroz koje energija postaje materija ovom životu.**

Zbog toga je duhovni test, koji je svojstven našem životu, izazov da otkrijemo što nas pokreće na neki određeni izbor i vjerujemo li u svoje strahove ili u ono što je Božje. Takva pitanja tema su za duhovno razmišljanje a obično ih moramo pitati nakon što obolimo od neke bolesti. Svi se jednom nađemo u situaciji kada pitamo: «Tko je odgovoran za moj život? Zašto stvari ne završe onako kako ja to želim?» Bez obzira koliko smo uspješni, u nekom trenutku postajemo svjesni da smo nepotpuni. Neki neplanirani događaj ili veza ili bolest pokazat će nam kako je naša osobna moć nedovoljna da nas provede kroz krizu. Moramo osvijestiti činjenicu da je naša osobna moć ograničena. Stvoreni smo da se zapitamo postoji li neka «sila» koja djeluje u



našem životu, te da se upitamo: «Zašto se to događa? Što želiš od mene? Za što sam stvoren? Što je moja svrha?»

Osvještavanjem vlastitih ograničenja otvaraju nam se mogući izbori koje inače ne bismo imali. Možda upravo u trenucima kad nam se čini da je život najviše izmakao nadzoru, postajemo prijemčivi za vodstvo kojem ne bismo izrazili dobrodošlicu prije toga. Tek potom naš život može krenuti smjerom o kojem nismo ni sanjali. Na kraju većina nas kaže: «Nikada nisam pomišljao da ću raditi to ili živjeti ovdje, ali ipak to radim i sve je u redu.»

Uporaba simboličkog viđenja i shvaćanje života kao duhovnog putovanja može vam pomoći da dođete do točke prepuštanja volji Božjoj. Svi poznajemo ljude koji su se oporavili iz strašnih okolnosti - i oni to pripisuju činjenici što je Bog preuzeo stvar u svoje ruke. **Svatko od njih imao je određeno iskustvo i obratio se Bogu: «Ne moja, nego Tvoja volja.» Ako je to sve ono što se traži, zašto se toga tako bojimo?**

**Bojimo se da ćemo se priznavanjem Božje volje - predavanjem svoje volje većoj volji - odvojiti od svih bića koja nam donose tjelesnu ugodu. I tako se svojom voljom borimo protiv Božjeg vodstva: mi ga zazivamo, ali težimo ga potpuno zapriječiti. Iznova i iznova promatram ljude na mojim radionicama koji su u toj dilemi. Traže intuitivno vodstvo, a opet boje se što će im taj glas reći.**

Zapamtite da su materijalni život i vaša duhovna staza jedno te isto. Užitek u materijalnom životu je isto tako duhovan cilj kao i postizanje zdravoga tijela. I jedno i drugo su posljedica slušanja Božjeg vodstva u stvaranju izbora kako živjeti i djelovati iz vjere i povjerenja. **Predavanje Božjem autoritetu znači oslobađanje od materijalnih privida, ne iz radosti i ugone tjelesnog života.**

Duhovne energije pete čakre vode nas prema toj točki predanosti. Sefirah Hesod prenosi u našu petu čakru Božansku energiju veličanstvenosti putem ljubavi, koja nas usmjerava da u svim okolnostima budemo ispunjeni ljubavlju. Ponekad je najveći čin ljubavi suzdržati se od osuđivanja nekog drugoga ili sebe. Ponovno i ponovno nas se podsjeća da je osuđivanje duhovna greška. Razvijati disciplinu volje dozvoljava nam suspreći se od odašiljanja negativnih misli prema drugima i prema sebi. Time što ne osuđujemo, zadržavamo mudrost i pobjeđujemo svoj strah. Sefirah Gevurah poučava nas na otpuštanje potrebe da saznamo zašto se stvari događaju onako kako se događaju, te da imamo povjerenje da su one, bez obzira na razlog, tek dio sveobuhvatnog duhovnog plana.

Marnie je četrdesetčetverogodišnja iscjeliteljica, istinski pomazana iscjeliteljica, koja je počela svoj rad prihvaćajući sedam godina dugu «tamnu noć duše», tijekom koje je morala iscijeliti sebe. Kad joj je bilo trideset godina, Marnie je radila kao socijalna radnica u Škotskoj, živjela je aktivnim životom, imala je određen broj prijatelja i izuzetno

je uživala u svom poslu. Onda joj je dijagnosticirano stanje koje se «ne može dijagnosticirati».

Sa svakim novim mjesecom, Marnie je osjećala sve jače i jače bolove, ponekad u vidu bolova u leđima, ponekad u vidu jakih migrena, ponekad kao bol u nogama. Konačno su je bolovi prisilili da ode na bolovanje. Provela je više od dvije godine odlazeći od jednog do drugog specijalista, ali joj nijedan nije mogao objasniti njezine kronične bolove i povremeni gubitak ravnoteže ili propisati bilo kakav djelotvoran tretman.

Marnie je spiralno tonula u depresiju. Njezini prijatelji su je nagovarali da potraži pomoć alternativnih zdravstvenih terapeuta u koje ona nikada nije vjerovala. Jednoga dana joj je prijateljica donijela kući nekoliko knjiga o alternativnim medicinskim metodama, a među njima i djela Sai Babe, duhovnog majstora iz Indije. Marnie je pročitala njegove knjige, ali ih je odbacila kao onu vrst gluposti u koje «bi povjerovali samo oni koji imaju smisao za kultove.»

Bolovi koji su trajali narednih šest mjeseci prisilili su Marnie da povuče te riječi, budući da je otputovala u Indiju sa željom da pokuša ostvariti privatnu audijenciju kod Sai Babe. Provela je tri tjedna u njegovom ašramu, ali ga nikada nije srela nasamo. Vratila se u Škotsku u još većem neraspoloženju nego prije. Pa ipak, ubrzo po povratku kući, Marnie je sanjala niz snova u kojima joj se stalno postavlja pitanje: «Možeš li prihvatiti ono što ti dajem?»

U početku je Marnie mislila da su ti snovi samo posljedica njezinog putovanja u Indiju, kao i brojnih razgovora o naravi Božje volje za ljude. Onda joj je prijateljica natuknula da se prema snovima odnosi kao da joj se uistinu postavlja duhovno pitanje. A tada je Marnie rekla: «Nemam što izgubiti, pa zašto ne?»

Sljedeći put kad je sanjala taj san, odgovorila je na pitanje: «Da, prihvatit ću ono što mi daješ.» Onaj trenutak kad je rekla **da**, osjetila je kao da se kupa u svjetlosti i po prvi put tijekom mnogih godina više nije osjećala bolove.

Kada se probudila, nadala se da će njezini bolovi nestati, ali nisu - u stvari, tijekom naredne četiri godine oni su bivali sve gori i gori. Iznova i iznova je nadugačko razmišljala o tom snu, držeći se uvjerenja da to zapravo nije bio san, pa ipak je nastavljala osjećati srdžbu i očaj, misleći povremeno da Bog traži od nje da pati bez nekog pametnog razloga.

Jedne večeri dok je plakala, Marnie je rekla da je dosegla «predaju Božjoj volji». Ona je mislila da je u tom stanju svijesti bila otkako je sanjala svoj san, ali te noći je shvatila: «Bila sam u stanju ravnodušnosti, a ne predaje. Živjela sam u stavu tipa: «U redu, učinim ću to. Sada me nagradi za to poboljšanjem mog stanja.» A onda sam te noći shvatila da mi možda nikada neće biti bolje, i ako tako bude, što ću tada reći Bogu? Predala sam se potpuno. Rekla sam: «Štogod odabereš za mene, neka tako bude. Samo mi daj snage.»

Marnieni bolovi su isti čas popustili, a njezine su se ruke ispunile toplinom - ne običnom tjelesnom toplinom, nego «duhovnom toplinom». Odmah je znala da ta toplina koja prolazi kroz njezine ruke ima moć za liječenje drugih i premda, ironično, ona nije bila u stanju «piti s tog izvora». Smijala se svom stanju, jer je ono bilo «tačno poput priča o drevnim misticima o kojima sam čitala - jedino, tko bi pomislio da ću ja biti osposobljena za njihove zadatke?»

Marnie je sada jako voljena i izuzetno poštovana iscjeliteljica, i premda je njezino fizičko tijelo uglavnom iscijeljeno od nedijagnosticiranih bolova, ona još uvijek ima teške trenutke. Ali njezine riječi: «Prošla bih kroz to ponovno, samo da budem ono što danas jesam i da znam ono što znam i to zbog privilegije pomaganja drugim ljudima na način na koji to sada mogu.» Njezina priča me se jako dojmila zbog njezinog dubokog razumijevanja razlike između predaje i ravnodušnosti, te zbog onog što je proživjela. Jednom kada Bogu kažemo «da», sve odmah postaje savršeno. Reći «da» svom stanju je prvi dio - čin koji može, a i ne mora promijeniti naše stanje - a reći «da» u onaj pravi Božji trenutak je drugi dio.

**Činom ispovijedi izdižemo svoj duh iz posljedica svojih odabira. Kada budemo više naučili o svojoj energetskoj naravi, shvatit ćemo koliko je naš duh vezan za negativne događaje i misli, prošlost i sadašnjost. Ispovijed je puno više nego javno priznanje da smo nešto krivo napravili. Rečeno jezikom energije, to je priznanje da smo postali toga svjesni - i zbog toga zadobili moć nad strahom koji je prije toga upravljao našim duhom. Simbolično, ispovijed oslobađa naš duh od prošlih strahova i negativnih obrazaca mišljenja. Kada ostajemo vezani za negativne događaje i uvjerenja, to truje naš um, duh, stanično tkivo i život.**

**Karma je energija i materijalna posljedica donesenih odabira. Negativni odabiri stvaraju situacije koje se ponavljaju da bi nas naučile pozitivnim odlukama. Onda kada naučimo tu lekciju i donesemo pozitivnu odluku, situacija se više ne ponavlja jer naš duh nije više vezan za negativne odabire koji dovode do te poduke. U zapadnjačkim kulturama ta karmička poduka prepoznaje se u izrekama «Ono što se zavrti, vraća se vrtjom» ili «Ne možeš ni od čega pobjeći». Čin ispovijedi označava prepoznavanje svoje odgovornosti za ono što smo stvorili i shvaćanje kakvu grešku smo napravili svojim odabirom. U energetskom smislu tim obredom se naš duh oslobađa bolnih ciklusa učenja i usmjerava u stvaralačke, pozitivne energije života.**

**Ispovijed je tako bitna za zdravlje našega uma, tijela i duha, da jednostavno ne možemo prestati ispovijedati se. Potreba da očistimo svoj duh od sjećanja opterećenih krivnjom jača je od potrebe za tišinom.** Kao što mi je pričao jedan službenik zatvora: «Mnoge su zločince uhvatili samo zato što su morali barem jednoj osobi reći što su počinili. I premda je to ponekad u obliku hvalisanja, nema sumnje da je to oblik «ulične» ispovijedi».

Psihoterapeuti su postali suvremeni ispovjednici. S njima nastojimo riješiti svoje psihološke i emocionalne borbe, otvoreno istražujući tamne strane i nadzirući strahove svoje naravi i psihe. Slatka energija iscjeljenja utječe u naš energetski sustav svaki put kad prekinemo vlast straha nad svojim životom i zamijenimo ga s mnogo moćnijim osjećajem o sebi. Rečeno jezikom ispovijedi, te **terapeutske prekretnice odgovaraju pozivanju svog duha da se vrati iz negativnih misija na koje smo ga poslali.**

Znajući, dakle, da nas peta čakra podučava kako koristiti svoju volju, te zapisuje naredbe koje dajemo svom duhu, kako savladati njene poduke?

## Između glave i srca

Budući da je centar volje smješten između energija srca i uma, moramo naučiti kako uravnotežiti reakcije na nagone. Kao djeca obično smo usmjereni prema jednoj od tih glavnih energija: dječaci su često potaknuti da koriste svoju mentalnu energiju, a djevojčice svoje srce.

Mentalna energija opskrbljuje vanjski svijet, dok srčana energija opskrbljuje osobna područja. Naša kultura stoljećima nas je učila da emocionalna energija slabi našu sposobnost donošenja brzih i potrebnih odluka te da je mentalna energija doslovce beskorisna u emocionalnom području, kao što o tome govori i stara izreka da razum ne može pobijediti srce. Sve do šezdesetih, takvo odvajanje je stoljećima bilo prihvatljivo. Onda kada je u tom desetljeću glava sreća srce, došlo je do promjene određenja pa **uravnoteženi pojedinac označava onoga tko djeluje u jedinstvu uma i srca.**

Ako um i srce ne razgovaraju jasno jedno s drugim, jedno će prevladavati nad drugim. Kada vodi um, patimo emocionalno jer emocionalne podatke pretvaramo u svog neprijatelja. Želimo nadzirati sve situacije i odnose te pokušavamo održati vlast nad emocijama. Kada vodi srce, skloni smo održavati privid da je sve dobro. Bez obzira vodi li naš um ili srce, motivira nas strah i beskoristan cilj nadziranja, a ne osjećaj unutrašnje sigurnosti.

Ta neravnoteža glave i srca pretvara ljude u ovisnike. U energetskom smislu, svako ponašanje motivirano strahom od unutrašnjeg razvoja, označava se kao ovisnost. Čak i ponašanje koje je obično zdravo - tjelovježba ili meditacija, na primjer - mogu biti ovisnosti ako se rabe da bi se izbjegla bol ili osobni uvid. Svaka disciplina može postati namjerna prepreka između svjesnog i nesvjesnog uma kada kažemo: «Želim vodstvo, ali ne priopćavaj mi loše vijesti.» Mi čak pokušavamo usmjeravati samo vodstvo koje tražimo. Završavamo živeći u na izgled beskrajnom ciklusu mentalne želje za promjenom, ali emocionalno se bojimo promjene na svakom uglu.

Jedini način da probijemo taj obrazac jest da se opredjeljujemo za odabire koji aktiviraju sjedinjenu moć uma i srca. Lako je držati se postojećeg obrasca, tvrdeći da ne

znamo što dalje. Ali, to je rijetko istina. Kada se držimo postojećeg obrasca, to je zbog toga što točno znamo što ćemo činiti dalje, ali se bojimo djelovati u tom smjeru. Prekidanje ponavljanja ciklusa u svom životu zahtijeva čvrstu odluku koja cilja na budućnost, a ne na prošlost. Odluke koje izgovorimo kao: «Neću se više podvrgavati toj vrsti tretmana, zaista više ne» ili «Odlazim, ne ostajem niti jedan dan duže», sadrže onu kvalitetu moći koja ujedinjuje energije uma i srca i naš se život gotovo trenutačno mijenja kao rezultat autoriteta nazočnog u tom intenzivnom stupnju odluke. **Mora se priznati kako je zastrašujuće napustiti poznate sadržaje života, čak i onda kada nam je život očajno tužan. Međutim promjena je zastrašujuća, a čekati da osjećaj sigurnosti dođe prije nego li se pokrenemo, samo završava u još jačoj unutrašnjoj muci jer jedini način da steknemo osjećaj sigurnosti jest da uđemo u vrtlog promjene i izađemo na drugoj strani osjećajući se iznova rođenima.**

Eileen Caddy, jedna od utemeljiteljica duhovne zajednice Findhorn u sjevernoj Škotskoj, imala je zanimljiv život pun promjena i izazova učeći imati povjerenja u Božansko vodstvo i prepustiti se njegovim zapovijedima. Ona je dobila vodstvo koje ona prepoznaje kao «Kristov» glas. Rečeno joj je da napusti svog prvog muža i svoje petero djece i utemelji partnerstvo sa čovjekom po imenu Peter Caddy. Premda je slijedila tu uputu, naredne godine su joj bile burne, djelomično zbog toga što je Peter u to vrijeme bio i sam oženjen. Na kraju je napustio svoju ženu, oženio se s Eileen i preuzeo upravljanje zapuštenim hotelom u gradu Forres u sjevernoj Škotskoj. Imali su troje djece. Kako je Eileen dobivala savjete, Peter je uskoro uspio hotel jadne kvalitete pretvoriti u uspješan hotel sa četiri zvjezdice. Tijekom svih tih godina Eileen je imala minimalne kontakte sa svojom djecom iz prvog braka, premda joj je bilo rečeno da će se na kraju pomiriti s njima, što se poslije i

potvrdilo. Eileenovo vodstvo, kako su to njih oboje zaključili, došlo je iz dubokog duhovnog mjesta.

Kada je hotel bio na vrhuncu svog uspjeha, na iznenađenje svih, Peter je dobio otkaz. On i Eileen bili su šokirani tom viješću jer nikada nisu očekivali da će za njihovo rukovođenje biti nagrađeni uručivanjem otkaza. No, ponovno, Eileen je dobila savjet da moraju unajmiti stambenu prikolicu u lokalnom kampu Findhorn. Zatim su dobili uputu da zasade vrt - prijedlog koji se na izgled protivi zdravom razumu s obzirom na klimu, lokaciju i minimalnu količinu sunčeve svjetlosti. Pa ipak, napravili su sve po uputama i uskoro im se pridružila Dorothy McLean.

Poput Eileen, i Dorothy je bila kanal, samo što je njezino vodstvo dolazilo od «energija prirode» koje su je savjetovale kako da s njima surađuje na zajednički stvaralački način. Energije prirode su joj obećale da će točno sedam godina poticati preuveličan rast biljaka u vrtu da bi pokazale što se može postići kada duhovne, ljudske i prirodne sile života rade zajedno.

Vrt je izrastao točno onako kako je i obećano. Vegetacija je dosegla neslućene proporcije. Glasine o tom «čudesnom» vrtu proširile su se svim zračnim linijama pa su ljudi iz svih krajeva svijeta putovali u to zabačeno mjesto da se svojim očima uvjere. Nitko se nije razočarao. Čak su i skeptični vrtlari priznali da je vrt spektakularan. Kada su ih pitali o izvoru takve sjajne proizvodnje, Dorothy, Peter i Eileen su rekli istinu: «Slijedili smo volju Božanskog.»

Na kraju je oko tog vrta ustanovljena zajednica. Eileen je započela sa svojim izuzetnom disciplinom meditirajući od ponoći do šest ujutro u javnoj kupaonici jer je to bilo jedino mjesto gdje je mogla biti nasamo. Njihova mala prikolica koja je bila jedva dovoljna za jednu osobu, ugošćavala je sada šest osoba. Svako jutro Eileen se pojavila da bi Peteru prenijela upute koje je primila tijekom noći. Slijedio ih je do detalja, rabeći svoje menadžerske sposobnosti tako da je nadgledao izvršava li svaki novi član zajednice njegove naredbe. Gradile su se zgrade, stvarana je rutina, tako da je uskoro rastuća zajednica bila podignuta i sve je sjelo na svoje mjesto.

Poslije sedam godina, kao što je i obećano, vegetacija se vratila na normalnu veličinu. Eileen je tada dobila uputu da Peter više neće dobivati poruke i da mora potražiti put prema svom glasu. Ta vijest je izazvala napetost u njihovom odnosu i dovela je do toga da Peter potraži nekog drugog za vodstvo. Uskoro su se ljudi natjecali tko će imati veći utjecaj na Petera. Stvorio se kaos, a Eileen je zapala u depresiju. Na kraju joj je Peter rekao da napušta i nju i zajednicu i da je zapravo nikada nije ni volio. Emocionalno uništena Peterovim otkrićem i razvodom, Eileen se pitala kako je to mogla biti nagrada za poštivanje Božanskog vodstva.

Danas Eileen kaže kako su njezine bitke i očaj, čak i razvod, rezultat njezinog «opiranja Bogu.» Premda je ona slijedila poruke koje je primala, rekla je da ih zapravo nije htjela slijediti i da je kao rezultat toga bila u sukobu čitavo vrijeme. Trebala je naučiti vjerovati i pouzdati se u svoju vezu s «Kristovom svijesti», kako ona govori o svom vodstvu. To je bila njezina osobna duhovna misija.

Sada Eileen kaže da se Božja sila nastanila u njoj i da je uvijek usmjerava. Ona se posvetila stazi služenja i osjeća kako su njezine nagrade brojne. «Imam obitelj u arhetipskom smislu. Okružena sam zajednicom koja je moja obitelj. Imam prekrasan dom, odnos s djecom pun ljubavi i bliski odnos s Bogom. Osjećam se jako blagoslovljenom.»

Eileenina veza s «Kristovom» energijom odražava suvremenu mističnu stazu. Njezin život obuhvaća i staru i novu duhovnu stazu: staru, u kojoj duhovni vodič preuzima poteškoće kao posrednik između drugih i Boga te novu u kojoj čovjek živi u okviru duhovne zajednice. Eileen živi s iskušenjima, blagoslovima i nagradama Božanskog vodstva. Njezin život je ispunjen čudima i učestalim sinkronim događajima.

Prepuštanje svoje volje Božanskom vodstvu može rezultirati teškim iskustvima zajedno s velikim uvidima. Čovjek može doživjeti bolan kraj mnogih faza života, kao što

su brak i zaposlenje. Ali, još nisam sreala osobu koja osjeća da krajnji rezultat sjedinjenja s Božanskim autoritetom nije vrijedan te cijene. Ni jedna priča ne iznosi to iskustvo bolje negoli poduka priče o Jobu.

Job je bio čovjek velike vjere i velikog bogatstva i bio je ponosan na oboje. Sotona je tražio Boga da mu dozvoli provjeriti Joba, tvrdeći da on može natjerati Joba da izgubi svoju vjeru u Boga. Bog se složio. Sotona je prvo doveo do toga da Job izgubi svoje imanje i djecu, ali je Job ostao odan Bogu, vjerujući kako je to sve Božja volja, pa neka tako i bude. Zatim se Job razbolio, pa ga je žena savjetovala da «prekora Boga» za njihov sve veći jad. Job je ostao vjeran. Jobova žena je umrla.

Joba posjećuju njegovi prijatelji Elifaz, Bildad i Zofar koji suosjećaju s njim i raspravljaju s njim o Božjoj pravičnosti. Oni su vjerovali da Bog nikada ne bi kaznio «pravednog čovjeka» i da je prema tome Job učinio nešto čime je uvrijedio Nebo. Job se u svojoj nevinosti usprotivio i rekao da je njegova patnja dio univerzalnog iskustva nepravde. Dok je Job sve više razmišljao je li Bog ipak možda nepravedan jer izaziva njegovu patnju, pridružuje im se mladić po imenu Elihu i kažnjava ih što su povjerovali kako mogu spoznati «Božji naum» i zbog osjećaja da im Bog duguje objašnjenje za svoje odluke.

Na kraju Bog govori Jobu i podučava ga razlici između ljudske i Božje volje. Bog pita Joba: «Gdje si bio kada sam postavljao temelje Zemlji?» i «Jesi li ikada naredio da svane ili poslao zoru na svoje mjesto?»

Job je shvatio kako je to ludost izazivati volju Božju i da je jedini istinski čin vjere prihvatiti sve ono što Bog traži od nas i da Bog nijednom smrtniku ne duguje objašnjenje o Svojim odlukama. Job je potom prepustio svoju volju u Božje ruke govoreći: «Jednom sam govorio i neću više.» Bog je darovao Jobu novu obitelj i udvostručio njegova zemaljska bogatstva.

Opet i opet, izazovi s kojima se suočavamo potiču nas da se zapitamo: «Što je Božja volja za mene?» Često razmišljamo o Božjoj volji kao zadatku za nas, poslu, sredstvu da gomilamo moć za sebe. Ali u stvarnosti, Božanska volja će nas uglavnom voditi prema učenju o naravi duha i Boga.

**Najveći čin volje u koji možemo uložiti svoj duh jest živjeti prema ovim pravilima:**

- 1. Ne osuđuj.**
- 2. Nemoj ništa očekivati.**
- 3. Odustani od potrebe da saznaš zašto se stvari događaju onako kako se događaju.**
- 4. Imaj povjerenja da su nepredviđeni događaji našeg života oblik duhovnog usmjeravanja.**

**5. Imaj hrabrosti donijeti odluke koje moraš donijeti, prihvati ono što ne možeš izmijeniti, i budi dovoljno mudar da uvidiš razliku.**

## **Upitnik za testiranje**

1. Što je vaše određenje «jake volje»?
2. Koji ljudi u vašem životu imaju nadzor nad vašom snagom volje i zašto?
3. Imate li sklonosti nadzirati druge? Ako da, tko su ti ljudi i zašto imate potrebu nadzirati ih?
4. Jeste li sposobni pošteno i otvoreno izraziti se kada to morate učiniti? Ako ne, zašto ne?
5. Jeste li sposobni osjetiti kada primete vodstvo i djelovati prema njemu?
6. Imate li povjerenje u vodstvo kada nemate «dokaza» o krajnjem rezultatu?
7. Kakve strahove povezujete s Božanskim vodstvom?
8. Molite li se za pomoć za vaše osobne planove ili ste sposobni izreći: «Učinit ću sve prema onom kako me Nebo usmjerava.»?
9. Zbog čega gubite nadzor nad svojom snagom volje?
10. Cjenkate li se sami sa sobom u situacijama za koje znate da ih morate promijeniti, ali stalno odgađate poduzeti akciju? Ako je to tako, utvrdite koje su to situacije i razlozi zbog kojih ne želite djelovati?



## POGLAVLJE 6

### ŠESTA ČAKRA: MOĆ UMA

Šesta čakra uključuje naše sposobnosti uma i rasuđivanja te psihološku vještinu procjenjivanja naših uvjerenja i stavova. Čakra uma je u skladu je s energijama psihe te svjesnih i nesvjesnih psihičkih snaga. U istočnjačkoj duhovnoj literaturi šesta čakra je «treće oko», duhovni centar putem kojeg međudjelovanje uma i psihe može dovesti do intuitivnog uvida i mudrosti. To je čakra mudrosti.

Izazovi šeste čakre su otvaranje uma, razvijanje neosobnog uma, vraćanje moći čovjeka iz umjetnih i «krivih istina»; učenje djelovanja prema unutrašnjem usmjerenju; razlikovanje između misli motiviranih snagom i onih motiviranih strahom i prividom.

**Mjesto:** Središte čela.

**Energetska veza s fizičkim tijelom:** Mozak i neurološki sustav, hipofiza i epifiza, oči, uši i nos.

**Energetska veza s fizičkim/mentalnim tijelom:** Šesta čakra nas povezuje s našim mentalnim tijelom, našom inteligencijom i psihičkim značajkama. Naše psihičke značajke su kombinacija onoga što znamo i onoga što vjerujemo da je istina, jedinstvena kombinacija činjenica, strahova, osobnih iskustava i sjećanja koja su stalno aktivna u našem mentalnom energetskom tijelu.

**Simbolično/opažajna veza:** Šesta čakra aktivira poduke koje nas vode do mudrosti. Mudrost primamo kroz životna iskustva i stjecanjem razlikovanja opažajne sposobnosti odvajanja. Simbolično viđenje je djelomično naučeno «odvajanje» - stanje uma izvan utjecaja «osobnog uma» ili «početničkog uma» koje može dovesti do moći i uvida «neosobnog» ili otvorenog uma.

**Veza sefirota/sakramenta:** Sa šestom čakrom povezuju se sefirah Binah, koji predstavlja Božansko **razumijevanje**, i sefirah Hokhmah, koji predstavlja Božansku **mudrost**. Binah je maternica Božanske majke, koja prima sjeme začeca od Hokhmaha, koji se označava kao «početak». Jedinstvo tih dviju sila stvara niži seimot. Binah i Hokhmah su simboli univerzalne istine da «misao» dolazi prije «oblika» i da stvaranje započinje u energetskoj dimenziji.

Binah i Hokhmah nas podsjećaju da budemo svjesni onoga što stvaramo, da u potpunosti rabimo svoj um dok zapovijedamo da se energija pretvori u materiju. S tog motrišta, povezujemo ih s kršćanskim sakramentom zaredjenja.

Simbolično, zaređenje predstavlja zadaću preko koje je čovjek pozvan služiti drugima. Gledano iz arhetipskog motrišta, drugi ljudi su ti koji prepoznaju vaš jedinstven uvid i mudrost koji vas vode do pomaganja: kao majka, iscjelitelj, učitelj, atletičar ili odani prijatelj. Biti svećenik je, naravno, tradicionalno uloga koja se povezuje sa stvarnim sakramentom zaređenja. Simbolično, međutim, zaređenje predstavlja bilo koje iskustvo ili čast po kojoj vaša zajednica shvaća da ima koristi od vaše staze služenja usmjerene prema unutra isto onoliko koliko i vi. Vaš poziv zaređenja utvrđuje se prema tom činitelju međusobne koristi. Ljepota simboličnog značenja zaređenja jest da ona štuje istinu da je svaka osoba sposobna pružiti značajan doprinos životima drugih, ne samo putem svoje profesije, nego, što je još važnije, putem osobe kakvom postaje. **Sakrament zaređenja simbolično zahtijeva prepoznavanje kako je doprinos našeg duha životima drugih mnogo više nego što to predstavlja doprinos naših zadataka.**

**Osnovni strahovi:** Nevoljkost pogledati unutra ili izbjegavati svoj strahove; strah od istine postoji onda kada je razum čovjeka zamagljen; strah od zdrave, stvarne procjene; strah od pouzdanja u savjet izvana, strah od discipline; strah od mračne strane čovjeka i njezinih značajki.

**Osnovne snage:** Intelektualne sposobnosti i vještine; procjena svjesnih i nesvjesnih uvida; nadahnuće; velika djela stvaralaštva i intuitivnih uvida - emocionalna inteligencija.

**Sveta istina:** Sveta istina šeste čakre je **Tražite jedino istinu**. Ona nas stalno potiče da tražimo razliku između istine i privida, dviju sila nazočnih u svakom trenutku. Odvajanje istine od privida više je zadaća uma nego mozga. Mozak upravlja ponašanjem našeg fizičkog tijela, ali um zapovijeda ponašanjem našeg energetskog tijela, a to je naša veza prema mišljenju i zapažanju. Mozak je tjelesni instrument putem kojega se misao pretvara u akciju, ali zapažanje - i sve što je povezano sa zapažanjem, kao što je proces osvještavanja - značajka je uma. Kad čovjek postaje svjestan, on je sposoban **odmaknuti se** od subjektivnih opažaja i vidjeti istinu ili simbolično značenje u nekoj situaciji. **Odvojiti se ne znači više ne mariti. To znači utišati glasove vođene strahovima. Onaj tko postigne unutrašnje odvajanje razvio je osjećaj svoga ja tako potpuno da vanjski utjecaji nemaju vlast u njegovoj svijesti. Takva jasnoća uma i svoga «ja» bit je mudrosti, jedne od Božanskih moći šeste čakre.**

## Primjena odvajanja

Kako čovjek može praktično primijeniti odvajanje? Peteova priča pokazuje praktičan način uporabe te vještine.

Pete me je nazvao poradi «čitanja» dok je proživljavao ozbiljnu osobnu krizu. Njegova žena s kojom je bio sedamnaest godina u braku rekla mu je da ga više ne voli i da želi razvod. Razumljivo, Pete je bio uništen, kao i njihovo četvero djece. Predložila sam mu da se za trenutak pokuša odmaknuti i tako sagledati tu situaciju. Pretpostavljala sam da je njegova žena pokušala naći svoj novi smisao iznad uloge kućanice - uloge u kojoj je živjela veći dio života. Kao dijete brinula se o mladoj braći i sestrama. Udala se u sedamnaestoj, a postala majkom u osamnaestoj. Sada, u četrdesetoj godini, počela se buditi, uviđati svoje potrebe i vjerojatno je imala ljubavnika. Rekla sam Peteu da mu je žena vjerojatno zastrašena time što osjeća. Da je bila upoznata s psihoterapijskim rječnikom, vjerojatno bi mu mogla opisati nove emocionalne energije koje je stala osjećati, a ne bi paničarila u svezi s njima. Njezina izvanbračna ljubavna veza je njezin pokušaj da pobjegne od onog što se zbiva u njoj. Vjerojatno joj nije bilo stalo do čovjeka s kojim je u vezi, premda tada toga nije bila svjesna. Ona je odlučila imati izvanbračnu vezu jer nije mogla zamisliti neki drugi način napuštanja muža i djece. Mogućnost da potraži pomoć psihijatra nije bila dio njezine kulture ili njezinog procesa razmišljanja.

Rekla sam Peteu, premda to čovjek može teško prihvatiti, da bi njegova žena u ovom trenutku svoga života reagirala na isti način bez obzira tko joj je muž jer prolazi kroz proces samootkrivanja koji nema veze s njim. Ona nije poznavala sebe i ušla je u iskustvo «tamne noći». Pete se morao ponašati tako da njezine radnje odbijanja i srdžbe ne uzima osobno, unatoč toga što je on sasvim sigurno meta njezine emocionalne srdžbe, ali ona je u stvari bila daleko ljuća na svoju zbunjenost, a ne na njega.

Pete je bio sposoban prihvatiti ovu informaciju i prema njoj postupati. Premda su se on i njegova žena dogovorili o razvodu, on je stekao mnogo neosobniji način viđenja krize posebice u trenucima kad bi počeo tonuti u žalost i bol zbog raspada njegove obitelji. Nedugo nakon našeg razgovora, otkrio je da je njegova žena imala ljubavnu vezu s njegovim prijateljem, ali da je stvar već pukla. Shvatio je da njegova žena nije bila zaljubljena u drugog muškarca, nego je pokušavala naći izlaz iz svoje zbunjenosti. Rekla sam mu da je više nego vjerojatno da će ona pokušati riješiti svoju krizu pokušavajući naći drugog partnera, ali da to nikada neće biti uspješno. Svaka je veza bila osuđena na propast, jer je to značilo opet biti kućanicom, a to nije bilo rješenje za njezinu bol. Na koncu će biti primorana ući u sebe i raditi na iscjeljenju pravog izvora boli.

**Postati odvojen i svjestan znači dobivati određena zapažanja iz uma u tijelo. To znači stapati se s zapažanjima koja su istinita i živjeti ih tako da njihova moć postane jedno te isto s našom energijom.**

Uzmite, na primjer, istinu: «Promjena je stalna.» Mentalno, vrlo lako shvaćamo tu pouku. No, kad se promjena dogodi u našem životu - kada primijetimo da starimo, kada

ljudi koje volimo umru ili kada naša veza prestane biti intimna i nastane hladnoća - takva nas istina muči. Često su nam potrebne godine da se oporavimo od nekih promjena, jer smo se nadali da će to - štogod «to» bilo - ostati isto. Čitavo vrijeme smo znali da će se to promijeniti, ali se nismo mogli prestati nadati da će energija promjene preskočiti taj jedan dio našeg života.

Čak i onda kada tu činjenicu da «je promjena stalna» osjećamo kao neprijatelja koji je počistio jedan dio našeg života, našim usamljenim trenucima doći će kraj i započet će novi dio života. Promjena obećava novi početak kada nečemu dođe kraj.

**Biti svjestan znači imati sposobnost otpustiti ono što je staro i prihvatiti ono što je novo sa sviješću da sve stvari završavaju u odgovarajuće vrijeme i sve počinju u odgovarajuće vrijeme. Teško je naučiti primijeniti ovu istinu u životu jer ljudska bića traže stabilnost - nedostatak promjene. Zbog toga postati svjestan znači živjeti potpuno u sadašnjem trenutku, znajući da niti jedna situacija niti jedan čovjek nisu sutra sasvim isti. Kad se promjena dogodi, mi je tumačimo kao prirodni sastavni dio života i težimo «teći s njom», a ne protiv nje, kako to savjetuje i Tao Te Čing. Pokušati učiniti stvari istima je beskorisno kao i nemoguće. Naša je zadaća pridonijeti svojom najboljom energijom svakoj situaciji s razumijevanjem da mi jednostavno djelujemo, a ne nadziremo ono što će se dogoditi sutra.**

Često nakon predavanja o odvajanju ljudi u mojim skupinama reagiraju tako da kažu da je odvajanje previše hladno i neosobno. Međutim to nije točno zapažanje odvojenosti. Tijekom jedne radionice pitala sam svakog sudionika da navede situaciju u kojoj bi se osjećali krajnje ugroženima. Jedan muškarac je rekao kako bi mu bilo teško vratiti se u ured i otkriti da mu je uprava oduzela sva zaduženja. Rekla sam mu da zamisli da bi time bio oslobođen svoje vezanosti za posao i da bi bio slobodan stvoriti bilo koju mogućnost koju bi poželio. Rekla sam mu da svoj posao zamisli ne većim od kapljice energije u svom životu i to usred oceana energije te da osjeća da će upravo biti zapljusnut valom snažnog obilja stvaralačke snage. Potom sam mu rekla da zamisli da ulazi u svoj ured i dobiva obavijest da je otpušten. Pitala sam ga kako bi tada reagirao? Nasmijao se i rekao da mu, budući da je na trenutak imao u glavi takvu sliku o sebi, uručivanje otkaza ne bi ništa značilo. Sve bi bilo u redu, rekao je, jer bi bio sposoban privući novo namještenje.

**To je značenje odvojenosti: shvatiti da nijedna osoba ili skupina ljudi ne mogu odrediti vaš životni put. Tako, kada nastupi promjena u vašem životu, to je zbog toga što vas tada pokreće jača pokretačka sila. Na površini vi se možete suočiti sa skupinom ljudi koja se «urotila» da vas ukloni s posla - ali to je privid. Ako odlučite vjerovati u taj privid, zbog toga ćete biti zatočenikom, možda čak i tijekom čitavog života. Ali da taj trenutak nije bio za vas ispravan, «urota» ne bi bila uspješna. To je ta viša istina o životnoj promjeni, a simboličko viđenje koje prati to odvajanje omogućuje vam da je uvidite.**

**Teško da se itko od nas može jednog jutra probuditi i izjaviti: «"Mislim da sam danas postao svjestan.»" Vuče nas želja da širimo obzorja svoga uma kroz zagonetke koje srećemo. Svi doživljavamo, i nastaviti ćemo doživljavati, veze i događaje koji će nas potaknuti da sagledamo svoje shvaćanje stvarnosti. Naš um, onako kako je stvoren, potiče nas da se zapitkujemo zašto su stvari onakve kakve jesu, čak i u osobnoj smetenosti.**

Danny me je zamolio za pomoć jer mu je bio dijagnosticiran rak prostate. Jedino što je zahtijevao od mene bilo je da mu pomognem dokučiti što čini i misli, a ne bi više trebao činiti ili misliti.

Kada sam procjenjivala Dannyjevu energiju, shvatila sam da je bio profesionalni dobročinitelj prema svima, samo ne prema sebi. Pitala sam ga što bi volio raditi baš tada. Odgovorio je: «Volio bih napustiti svoj posao u prodaji, preseliti se na selo, uzgajati vlastitu hranu i raditi kao stolar». Potom smo razgovarali o posljedicama takve promjene. On je imao obveza prema svojoj tvrtki, bio je aktivan član u nekoliko skupina, a većina njegove obitelji je bila zadovoljna trenutačnim životom. No, znao je da će sve te veze završiti jednoga dana. Potom je Danny rekao: «Već duže vrijeme želim misliti drukčije. Ne želim više po umu vrtjeti brojke o prodaji. Želim razmišljati o drugim stvarima, o prirodi, na primjer. Naravno, priroda ne plaća račune, pa nisam nikad pokrenuo nešto u tom smjeru. Ali osjećam poziv da živim drukčije. To osjećam već duže vrijeme, no mislim da sada moram i poslušati taj osjećaj.» Odgovorila sam mu da je već ispunjen vodstvom, da ga mora poslušati, te da će mu se, pošto bude slijedio svoje osjećaje, otvoriti novi svijet, pa će mu se i zdravlje poboljšati. Dva mjeseca kasnije Danny me je nazvao da mi kaže da se njegova obitelj složila s preseljenjem te će nadolazećeg ljeta krenuti put jugozapada. Nikada se nije osjećao bolje, dodao je, i znao je da nikada više neće imati zloćudnu izraslinu u svome tijelu.

Danny je želio biti sposoban prekinuti život prodavača i prigriliti novi život. Otpuštanjem zapažanja o sebi i svom zaposlenju, on je otpustio i zamisao da je njegova moć u materijalnom svijetu ograničena. Slijedivši svoj unutrašnji glas, otvorio se procjenjivanju vlastite unutrašnje stvarnosti: Što je svrha života? Za što sam stvoren? Što je važno naučiti? Bio je sposoban reći: «Vanjski svijet nema puno vlasti nada mnom. Odlučujem slušati svoj unutrašnji svijet.»

Na taj način postajemo svjesni - zagonetka se pojavi, poduzmemo akciju, pa slijedi nova zagonetka. Kada odlučimo prekinuti taj proces, ulazimo u stanje obustave u kojem se sve više i više udaljavamo od životne sile. Međutim, napredovanje od osobnog do odvojenog uma može biti vrlo prirodno i lako. Karen, polaznica jedne od mojih radionica, dobila je tri puta otkaz u manje od godinu dana. Stalno joj se namatalo da je izvor tog problema nešto u svezi nje. A kada si je postavila to pitanje, htjela je i odgovor. Pošto je posvetila neko vrijeme upoznavanju sebe, shvatila je da je ona sama bila povod svojim problemima. Ona nije bila zainteresirana niti za jedan od ta tri posla.

Ono za čim je uistinu čeznula bila je promjena karijere. To je bilo otkriće. Karen je danas uključena u puno različitih aktivnosti i sa svakim novim iskustvom i dalje otkriva nove stvari koje joj se sviđaju i one koje joj se ne sviđaju, nove ambicije, nove strahove. Za nju je to prirodno napredovanje svjesnog življenja. Kada se sjeti kakva je bila «prije nego joj se lampica upalila», zapitala se kako je uopće proživjela i jedan dan, a da nije pomislila na stvari koje su za nju bile od životnog značaja. **«Nesvjestan život je jedino to - nesvjestan. Niste čak ni svjesni da niste ničega svjesni. Razmišljate samo o osnovnim stvarima u životu - hrani, odjeći, novcu. Nikad vam se ne događa da pomislite s kojom svrhom ste stvoreni. A onda, jednom kada si postavite to pitanje, ne možete prestati postavljati pitanja iznova i iznova. A to opet vodi do nove istine.»**

## **Svijest i njezina veza s iscjeljenjem**

Posljednja četiri desetljeća dostupna nam je ogromna količina informacija o odnosu uma i zdravlja. Naš stav igra golemu ulogu u stvaranju i uništavanju zdravlja našega tijela. Depresija, na primjer, ne utječe samo na našu sposobnost ozdravljenja, nego i slabi naš imunološki sustav. Srdžba, ogorčenost, bijes i predbacivanje zaustavljaju proces ozdravljenja, ukoliko ga ne prekinu potpuno. U želji za ozdravljenjem leži velika snaga, a bez te unutrašnje snage, bolest obično savlada fizičko tijelo. Sa svim tim novim shvaćanjima, moć svijesti je dobila i službeno mjesto u okviru liječničkog modela zdravlja i bolesti.

Zapanjujuće je koliko mnogo ljudi pridaje važnost iskustvu bolesti koja ih je potakla da okrenu pažnju prema svojoj nutrini i pomno razmotre svoje stavove i životni stil. Neizbježno, oni opisuju isti proces ozdravljenja - putovanje od osobnog do neosobnog uma.

U početku, kad saznaju dijagnozu, puni su straha. Ali kad dođu k sebi, većina kaže kako su imali osjećaj da nešto nije u redu, ali su zatomili taj osjećaj jer su se bojali. To je značajno zato što nas naše intuitivno vodstvo upozorava na gubitak moći našega tijela. Kako se strah postupno smanjuje, ljudi govore kako su se okrenuli prema unutra i pregledali sadržaj svog uma i svoje emocionalne podatke. Na taj način otpočeli su proces putem kojega postaju mentalno i emocionalno skladni ili svjesni razlike između onoga što misle i onoga što osjećaju. Iscjeljenje zahtijeva jedinstvo uma i srca, a obično je um taj koji se mora uskladiti s našim osjećajima, koje prečesto ne poštujemo u svakodnevnim odlukama koje donosimo.

Ljudi pripovijedaju priču za pričom kako poduzimaju korake da prepoznaju svoj život, dajući svojim osjećajima stvaralački glas. Sylvijina priča prikazuje ovo putovanje u svijest uma i srca. Njoj je dijagnosticiran rak na obje dojke i one su operacijom

uklonjene. Rak se proširio i na nekoliko limfnih čvorova. Bilo bi prirodno stalno razmišljati o tome da ima rak, ali se ona odvojila od te činjenice i umjesto toga usredotočila se na one stresove u svom životu koji su joj trovali energiju. Napravila je pregled svojih strahova i kako oni nadziru njezinu psihu i shvatila je da se boji biti sama. Oboljela je od raka ubrzo nakon razvoda braka. Bilo bi možda prirodno da se usredotoči na svoju usamljenost i ogorčenost zbog razvoda, ali umjesto toga Sylvia je odlučila naći neku vrijednost u svakom danu svoga života. Odlučila je ne razmišljati o onom jučer, nego vrednovati sve dobre stvari koje su joj se dogodile i otpustiti bolna iskustva, uključujući i svoj razvod. Često je osjećala tugu, ali umjesto da živi u toj tuzi, isplakala bi je i onda nastavila dalje. Sylvia je kasnije postala aktivna podupirući druge koji su se oporavljali od raka, a to je njezinom životu dalo svrhu i smisao. Gledano iz simboličnog motrišta, ona se «zaredila» - što znači da joj se ona moć koju je donosila drugima vraćala kroz to što su je ljudi počeli štovati i bili zahvalni na njezinoj pomoći. Nikada ranije nije doživjela taj stupanj vlastite vrijednosti. Za manje od šest mjeseci ozdravila je od raka.

Jedan vid osvještavanja jest živjeti u sadašnjem trenutku i biti zahvalan za svaki dan. Sylvia je bila u stanju odvojiti se od svoje prošlosti i stvoriti novi život koji je imao značenje i svrhu: to znači postati neosoban u krizi vlastitog života. Premda je oboljela od raka, dosegla je istinu da je osnažen duh sposoban ozdraviti tijelo, onda kada neosoban um ima vlast nad osobnim iskustvom. Opet i opet svjedočim da je ozdravljenje stvar osvještavanja - ne bolesti nego životne sile koju osoba nikada ranije nije prigrllila.

## **Svijest i smrt**

Zar to znači da ljudi koji se nisu uspjeli izliječiti nisu proširili svoju svijest? Uopće ne. Ali predodžba da nisu uspjeli postala je upravo kontroverzan vid holističke misli. Mehanizam u našem umu ustraje na tome da sve sagledavamo kao pobjedu ili gubitak, ili kao dobro ili zlo. **Kada se tijelo ne izliječi od bolesti, ljudi pogrešno zaključuju da osoba jednostavno nije u tome bila dovoljno čvrsta.**

**Smrt nije neuspjeh u ozdravljanju. Smrt je neizbježan dio života. Činjenica je da se mnogi ljudi izliječe od svojih emocionalnih i psihičkih muka i tako umiru «iscijeljeni».**

Jacksonova priča pokazuje što to znači svjesno umrijeti. Jackson je došao k meni jer je obolio od zloćudnog tumora na mozgu. Njegova bol je bila stalna i snažna. Namjeravao je poduzeti sve da postane cjelovit, rekao je, bez obzira hoće li živjeti ili umrijeti. Razgovarali smo o svakom djeliću nedovršenih poslova kojih se mogao sjetiti u svom životu, od veza koje su se morale prekinuti do strahova s kojima se morao suočiti.

Čak je razmišljao da bi morao poslati pisma zahvale. Jackson se usredotočio na završetak, ali s jednim naglaskom: on nije završavao svoj život - završavao je nesvršene poslove u odnosu na svoju razinu svijesti. Stalno si je postavljao pitanje: «Što se od mene očekuje da naučim u ovom životu?» Svaki put kad je dobio nekakav uvid ili odgovor na to, djelovao je. Primijetio je, na primjer, da nikada svojoj bivšoj ženi nije objasnio zašto je tražio razvod. Jednog dana joj je samo dao do znanja da mu je dosta bračnog života i da želi slobodu od bračnog zavjeta. On je znao da je bila očajna i potpuno smetena i premda je tražila objašnjenje, on joj ga namjerno nije htio dati.

Takvo ponašanje, zaključio je, bio je obrazac, jer je njegova bivša žena bila samo jedna u nizu ljudi koje je povrijedio na takav način, s tim što je ona bila njegova najveća žrtva. Jackson je priznao da mu se sviđao osjećaj moći koji je zadobio kad bi vidio smetenost koju je stvarao kod ljudi kada bi ih napuštao u nekim situacijama. Time što je stvarao kaos, imao je osjećaj da je jako važan. Sada je odlučio stvari pojasniti. Nazvao je ili razgovarao sa svakom osobom za koju je osjećao da je bila žrtva njegovih djela i pismeno im je objasnio svoje ponašanje te ponudio ispriku. Iznova i iznova, Jackson je proučavao svoju tamnu stranu i poduzeo je svaki korak da svoj mrak iznese na svjetlo. Unatoč svega, on je znao da će umrijeti. Pa ipak, rekao mi je kako je sve dobro, jer je vjerovao da je završio svoje životne poduke.

**Svrha osvještavanja nas ljudi nije u tome da nadmudrimo smrt, niti da postanemo imuni na bolest. Svrha je da postanemo sposobni upravljati svakom i svim promjenama u svom životu - u svom tijelu - bez straha, gledajući, samo da upijemo poruku istine sadržane u toj promjeni. Misliti da se proširenjem svijesti koje se postiže meditacijom osiguravamo od tjelesnih bolesti, krivo je tumačenje svrhe meditacije. Ovladavanje tjelesnim nije cilj zašto moramo postati svjesni: ovladavanje duhovnim je cilj. Materijalni svijet i fizičko tijelo nam samo služe kao učitelji na tom putu.**

Držeći se tog gledanja, iscijeliti strah od smrti i umiranja je vid mira koje ljudski duh može postići putovanjem prema osvješčivanju. Neki od mojih strahova iščezli su kada sam čula što govore ljudi koji su uspjeli proširiti svoju svijest preko mosta između ovoga i onoga svijeta. To se dogodilo kada sam srela Scotta i Helen Nearing. Ispričat ću vam i njihovu priču, jer su oni pridonijeli mom vlastitom osvješčivanju naravi ljudske svijesti i našoj moći da ozdravimo od zapažanja koje su u sukobu s našom sposobnosti da živimo u istini.

## **Scott i Helen Nearing**

**Scott i Helen Nearing** poznati su po svom doprinosu pokretu za očuvanje okoliša i za unapređivanje životnog stila samodovoljnosti. Kad su bili mladi, smatrali su ih



buntovnicima jer o načinu života «povratka zemlji» u tridesetim godinama kada su postali tim, još nitko nije ništa čuo. Izgradili su svoj dom golim rukama, a prehranjivali su se voćem i povrćem koje su sami uzgajali. Više od sedam desetljeća živjeli su u skladu sa zemljom. Scott je prvi umro, ali je Helen nastavila živjeti na isti način sve do 1995. kada je i ona umrla. Oni su napisali mnoštvo filozofskih članaka i održali brojna predavanja sa ciljem da ljudi počnu poštivati okoliš i živjeti samodovoljno. Napisali su i knjigu **Živjeti dobrim životom** u kojoj opisuju korist takvog životnog stila u kojem se stalno hvali obilje prirode. Njihovi ideali i svijest o većem ciklusu Božanskog uzroka i posljedice i nadalje potiču mnoge ljude. Scott je umro početkom osamdesetih u dobi od stotinu godina. Imala sam čast upoznati Helen koja je pohađala jednu od mojih radionica. Tada mi je ispričovala priču o tome kako je njezin muž odlučio umrijeti. Tu odluku je svjesno donio kada je osjetio da više nije sposoban živjeti na način koji bi podupirao njegov duhovni rast.

«Jednoga dana Scott je ušao u kuću noseći drva za vatru. Spustio je drva i izvijestio me kako je došlo vrijeme da umre. Rekao je da je to znao jer više nije sposoban obavljati svoje zadatke i nositi se sa svojim dužnostima. Rekao je kako je postao «svjestan» duboko u sebi da je došao njegov čas smrti. Rekao mi je da će izraziti dobrodošlicu smrti tako što više neće jesti. Tri tjedna provela sam pokraj njegovog kreveta u kojem je ležao, uzdržavajući se od jela. Nisam pokušavala ponuditi mu jelo niti promijeniti njegovo mišljenje jer sam shvatila kako duboko je Scott donio ovu odluku.»

Scott i Helen su dosegli razinu svijesti i osobne odluke koja je možda kontroverzna - međutim čitav njihov život je bio kontroverzan. Način na koji su odlučili umrijeti izaziva duboko ukorijenjena plemenska uvjerenja da čas naše smrti leži samo u Božjim rukama. To je možda istina, ali ako smo kadri prepoznati da je naš čas došao, zar nismo slobodni surađivati u toj spoznaji? Možda se Scott, težeći da živi neosobno, povezao s idealima koje je držao jedinom istinom i tako stekao blagoslov da mu se «iznutra» najavi trenutak smrti. Umjesto raspadanja putem bolesti, on je surađivao sa svojom intuicijom i napustio ovaj život bivajući potpuno svjestan do samoga kraja. Zar se pitanje svijesti ne sastoji upravo u tome? Umrijeti svjesno je bez ikakve sumnje jedan od mnogih blagoslova koji čovjek stekne ako živi svjesnim životom.

Tijekom pisanja ove knjige, u rujnu 1995. umrla je i Helen. Imala je srčani napad dok je vozila auto. Rekla mi je da će napustiti ovaj život kad završi svoju narednu knjigu. Održala je riječ.

Strah od smrti je jako nazočan u našem plemenskom umu, tako da je smrt gotovo povezana s praznovjermem. Scotta i Helen treba zapamtiti po tome što su podupirali našu svijest prema razvoju samodovoljnosti, ali i kao dvoje ljudi koji su u potpunosti vjerovali u nastavak života izvan tjelesnih oblika.

## Sogyal Rinpoche

**Sogyal Rinpoche** je zapažen učitelj i autor **Tibetanske knjige o življenju i umiranju**. Stekao je svjetsku slavu kao «Rinpoche koji se smije» jer je prštao od humora.

Godine 1984. sastala sam se sa Sogyalom u Parizu. Nikada prije toga nisam bila u društvu nekog Rinpochea, ali, svakako, pročitala sam puno knjiga o tibetanskim učiteljima i gorjela sam od želje da otkrijem vjerodostojnost svega pročitano. Pročitala sam, na primjer, da su mnogi tibetanski majstori transcendirali uobičajene zakone vremena i prostora, da su neki mogli levitirati ili trčati brzinom od 90 kilometara na sat. Također sam pročitala da kadgod bi tibetanskog majstora izravno zapitali za njegovu «moć», on bi odmah «odmaknuo» to zanimanje za sebe, počevši pričati o nekom drugom razvijenijem majstoru.

Na putu prema Sogyalovom boravištu, pitala sam se što ćemo jesti za večeru. Kako nisam ništa znala o tibetanskim društvenim običajima, pitala sam se o nizu smiješnih stvari - kao, na primjer, hoću li trebati satima meditirati prije večere? No, pokazalo se da je Sogyal naručio kinesku hranu iz restorana i da smo je jeli izravno iz kartonskih kutija sjedeći na podu.

Čim je ozračje postalo pogodno za vođenje ozbiljnog razgovora, zapitala sam Sogyala: «Je li istina da levitirate?» On se smijao - histerično, mogla bih dodati - a onda je rekao: «O, ne ja. Ali moj učitelj je mogao.» Potom sam ga zapitala: «Je li istina da zbog svoje meditativne prakse možete trčati neobično velikom brzinom?» Opet se nasmijao na moje pitanje i opet je odgovorio: «O, ne ja. Ali moj učitelj je mogao.» Njegovi odgovori su se sasvim podudarali s onim što sam pročitala, a to je da tibetanski majstor, kada ga se nešto pita, otklanja svaku pažnju sa svoje moći na moć nekoga drugog. Onda mi je palo na pamet da Sogyal možda čita moje misli i da točno zna što sam pročitala i odakle dolaze moja pitanja. Na koncu sam rekla: «Nemam više pitanja. Postoji li možda nešto što biste mi Vi htjeli reći?»

«Htio bih Vam opisati kako je moj učitelj umro,» rekao je. **«Pozvao je svoje astrologe da mu prema astrološkoj karti izračunaju najpogodnije vrijeme da povuče svoj duh iz energija zemlje. Njegov duh je bio krajnje moćan i on je htio otići, a da pri tom ne uzrokuje nikakvu vrstu energetskog djelovanja. Vjerojatno niste svjesni takvih stvari, ali kada bilo koji duh napušta zemlju, to utječe na cjelokupno energetsko polje. A kada vrlo moćan duh odlazi, utjecaj na zemlju je puno dramatičniji.»**

Tako su jednoga dana osvanuli njegovi astrolozi s izračunatim datumom i vremenom koji su bili najsavršeniji za njegovo tjelesno umiranje. On je potom najavio svojim učenicima da će napustiti tijelo toga i toga dana u taj čas. I tako je upravo i bilo. U taj

dan je meditirao sa svojim učenicima, blagoslovio ih, zatvorio oči i otpustio svoj duh iz tijela.»

Zapitala sam Sogyala je li njegov učitelj odlučio umrijeti stoga što je bio bolestan. Moje pitanje je opet dovelo Sogyala do gotovo nekontroliranog smijeha, a onda je rekao: «Bolestan? Kakve veze bolest ima s tim? **Kao što smo svi rođeni u trenutku koji je savršen za ulazak naše energije u ovu zemlju, isto tako za nas postoji i savršen trenutak za napuštanje ove zemlje. Moj učitelj nije bio bolestan. On je bio potpun. Mi nismo stvoreni da umiremo u boli ili bolesti. Svjestan um je sposoban otpustiti duh od tijela, a da ne prolazi kroz bol tjelesnog propadanja. Taj izbor je svakom na raspolaganju.»**

Sogyal je opisao stanje duhovnog majstorstva kao dosezanje razine svijesti koja «ne poznaje sukoba s onim što je Božansko», tako da su vlastite odluke čovjeka identične Božanskim odlukama. Sogyal je rekao da je njegov učitelj živio u tom stanju svijesti u kojem dilema oko izbora, u smislu vjerovanja da je jedna odluka bolja od druge, više ne postoji. Svaki odabir je ispravan odabir u stanju savršenosti koje je njegov učitelj postigao. Sogyal je rekao da je njegov učitelj bio primjer živućeg - i umirućeg - prosvijetljenog uma.

## **Razvijanje neosobnog uma i simboličnog viđenja**

Bračni par Nearing i Sogyal Rinpoche dodirnuli su moć neosobnog uma. Opisivanje svijesti na papiru, međutim, ima svoja ograničenja, zbog neizrecivih značajki duhovnosti. Kao što jedan zen koan kaže: «Kažeš li da nešto jest, to nije.»

Sjećam se jasno profesorice koja me je uvela u budističku i hinduističku filozofiju. Da bismo položili zadnji ispit, krenula je s petero nas studenata u udaljeno odmaralište i objavila pravila: razgovori nisu dozvoljeni, kao ni budilice i ručni satovi. Tijekom noći budila bi po jednog studenta, zamolila ga da zauzme jogijski položaj, a potom mu postavljala pitanja: Kako kršćanin govori o naravi Boga? Kako budist govori o naravi stvarnosti? Što je istina vječnog života? Što je svrha ovog života? Pitanja su bila duboka i prodorna. Ona nije ocjenjivala kvalitetu naših odgovora, nego našu vezanost na određenu školu mišljenja. Ako je osjetila da smo vezani za jedan oblik istine više nego za drugi, nismo dobili prolaznu ocjenu kod nje: **sve istine su jednake na razini same istine. Privid je ako smatramo da je istina vezana za neku kulturu.** Za nju je to bila bit onoga što se podrazumijeva izrazom «**postati svjestan**»: **tragati za istinom koja je odvojena od svojeg sociološkog i kulturološkog oblika.** Kada pogledam unatrag i razmotrim utjecaj koji je ona ostavila na mene, odajem joj priznanje što je postavila temelje za moju sposobnost simboličnog viđenja.

Kako možemo djelovati u svom umu da bismo profinili svoj umno/opažajni sustav i postali vješti u pronicanju privida? Kao i sa svim vrijednim ciljevima, potreban je određen oblik discipline da bi se postigao bilo kakav značajniji napredak. Sljedeći slučaj predstavlja krivi način rada na osvješćivanju.

Oliver je bio jako uspješan poslovni čovjek, ali je došao do određene točke u svom životu kada je htio raditi nešto što bi imalo više značaja. Tako je pokušao raditi u različitim projektima koji su bili društveno značajni. Međutim, osjećao je kako nijedan projekt nije onaj pravi. Molio je za vodstvo kako bi spoznao što mu je činiti sa svojim životom. Na kraju je sredio da ode posjetiti jednog međunarodno poznatog duhovnog majstora. Posjet je trajao svega deset minuta, tijekom kojega je taj duhovni majstor rekao Oliveru kako je njegov zadatak da «čeka i postane spreman». Tako je on «čekao». Čekao je u Parizu, u Rimu, na Istoku. Čekao je u hotelima prve klase, a gdje je bilo moguće, kao na talijanskoj rivijeri, pijuckao je i kapučino. Na kraju je shvatio kako je uputa da «čeka» beskorisna. Vratio se svojim projektima i ispisivao čekove pomoći za te projekte. Ali srce mu je ostalo prazno. Po mom mišljenju, duhovni učitelj mu je dao naputak kojeg nije mogao ispuniti kupujući nešto. Da je bio sposoban «čekati» u duhovnom smislu, «ući unutra» i prihvatiti bilo koji ponizan korak koji bi se zahtijevao od njega, počeo bi dobivati odgovore na svoja pitanja.

**Na mnogo načina, duhovni izazov «čekanja» i postajanja osobom drugog značaja veći je doprinos za ovaj svijet nego financiranje nove bolnice. To je možda teško razumjeti. Nismo naviknuti dati vrijednost nečemu što ne možemo vidjeti, a ne možemo vidjeti moć koja zrači iz zdrave psihe. Tako se onima čiji posao je «čekanje i postajanje» to može često učiniti beskorisnim.**

**Ali «čekanje i postajanje» je simbolično značenje «poziva na zaredenje» - što znači, dozvoliti Božanskom da probudi dio vašeg duha koji sadrži bit onoga čime možemo pridonijeti drugima i sebi.** Žena koja je poznata pod imenom Peace Pilgrim utjelovljuje taj duhovni proces kojim se omogućuje Božanskom da otvori vrata.

Peace Pilgrim, a to je ime koje je isključivo rabila zadnjih dvadeset i pet godina svoga života, živjela je poniznim i jako duhovnim životom tijekom kojega je molila da joj se pokaže staza kojom treba služiti. U pedeset i drugoj godini poslušala je svoje unutrašnje vodstvo koje ju je usmjerilo da pješači svuda po zemlji u ime mira. To su bile njene upute «zaredenja». I tako, posjedujući samo odjeću koju je imala na sebi, počela je pješačiti i «pješačila je sve dok joj nije ponuđeno mjesto za počinak i jela je samo ono što joj je bilo ponuđeno.» Njezin život postao je izraz moći potpune vjere u Boga koji ju je opskrbljivao s onim što joj je bilo potrebno.

Tijekom svojih dvadeset i pet godina hodočašća, Peace Pilgrim je dodirnula živote stotina tisuća ljudi koji su bili zapanjeni njezinim sjajnim izvješćem Božanskog posredovanja. Slušala sam kada je pripovijedala svoje dvije priče koje su me duboko ganule. Jednom dok je pješačila seoskom cestom, naglo je jako zahladilo. Bila je

nepripremljena za tu iznenadnu promjenu i počela se smrzavati do kosti. U blizini nije bilo nikakvog naselja gdje je mogla potražiti zaklon. Onda je začula glas koji joj je rekao: «Pođi do sljedećeg mosta.» Poslušala je uputu i tamo je pronašla sanduk, tako velik da je u njega mogla i leći. U sanduku je bio jastuk i deka. Pričajući tu priču, ona je pretpostavila da ću shvatiti kako je te stvari sam Bog ostavio tamo.

Peace Pilgrim je pričala kako je u životu prolazila kroz cikluse učenja o sukobu. Prvo je morala doživjeti vanjski sukob, a potom unutrašnji. Kada je konačno predala svoj život Bogu, bila je blagoslovljena darom učenja bez sukoba. Peace Pilgrim je postala izvorom beskrajne mudrosti koja je bit sefiraha Hokhmaha, te Božanskog shvaćanja i razmišljanja, što je bit Binah. Ona je postala epitom zaredenog duha, tečna u simboličnom viđenju i živjela je u potpunom skladu i povjerenju u Boga. Njezini napuci drugima, da budu u suglasju s istinom, bili su uvijek jednostavni: «Ne jedem bezvrijednu hranu, ne mislim bezvrijedne misli.» Prijevod: Poštujte tijelo, poštujte um, poštujte duh.

**Razvijanje neosobnog duha je životna zadaća, djelomično zbog toga što je to tako bitan izazov, a djelomično zbog toga što nas to dovodi do dubina naših privida i strahova. Moramo iznova izgraditi sebe iznutra prema van, a to je proces koji uvijek dovodi do brojnih promjena u životu. Nisam još sreala osobu koja nije idući stazom svjesnog buđenja iskusila vrijeme «čekanja», tijekom kojega je njezina nutrina bila ponovno izgrađena. I kao što je uvijek sa svim stvarima duha, jednom kada krenemo tim putem, nema povratka.**

Napuci koji slijede predstavljaju početnu točku za razvoj neosobnog uma i postizanje simboličnog viđenja, sposobnosti da se gleda kroz privid i zahvati energetska moć iza scene. Dok sam radila na tim napucima, imala sam na pameti sefirot koji je u suglasju sa šestom čakrom, s Hokmahom i Binah. Ovi koraci, ukoliko ih slijedite, mogu vam pomoći da dosegnete simbolično viđenje i povećate svoju sposobnost dosezanja dimenzije Božanskog rezoniranja.

- Vježbajte neki vid introspekcije i radite na tome da osvijestite ono što vjerujete i zašto.
- Neka vam um stalno bude otvoren i naučite svjesno prepoznati trenutak kada vam se on počne «zatvarati».
- Naučite prepoznavati kada se počinjete braniti u pokušaju da novi uvidi ne uđu u vaše mentalno polje.
- Tumačite sve situacije i odnose kao da imaju simboličnu važnost, čak i onda kada je ne možete odmah shvatiti.
- Otvorite se primanju vodstva ili uvida kroz svoje snove.
- Radite na tome da otpustite svaku misao koja potiče samosažaljenje ili ljutnju, ili onu misao kojom okrivljavate drugu osobu za ono što se događa vama.

- Vježbajte odvajanje. Donosite odluke koje se temelje na najmudrijoj procjeni u tom trenutku, što je bolje nego da radite na postizanju najboljeg rezultata.
- Uzdržite se od svih osuda - ne samo onih prema ljudima i situacijama, nego i prema onima koje se tiču veličine ili važnosti nekog pitanja. Bolje je, naime, imati stalno na umu da postoji viša istina i da nije moguće sagledati sve činjenice ili detalje neke situacije, niti sagledati dugoročne posljedice tih akcija.
- Naučite prepoznati kada ste pod utjecajem nekog obrasca straha. Odmah napravite odmak od tog straha promatrajući njegov utjecaj na vaš um i emocije. Potom se opredijelite za one odluke koje će oslabiti utjecaj tih strahova.
- Odvojite se od svih vrijednosti koje podržavaju uvjerenje da uspjeh u životu znači postići određene ciljeve. Umjesto toga promatrajte život kao proces postizanja samonadzora i kao sposobnost djelovanja kroz izazove koje vam život donosi. Zamišljajte uspjeh kao energetska silu radije nego materijalnu.
- Djelujte na svom unutrašnjem vodstvu i odustanite od potrebe da «dokažete» da je vaše unutarnje vodstvo autentično. Što više tražite dokaz, manje je vjerojatno da ćete ga primiti.
- Neka vam sva pažnja bude u sadašnjem trenutku - suzdržite se od toga da živite u prošlosti i da brinete u svezi budućnosti. Učite imati više povjerenja u ono što ne možete vidjeti nego u ono što možete vidjeti.

## **Kako postati svjestan**

Ništa nije lako u procesu osvješćivanja. Moj vlastiti život mi je bio puno lakši prije nego sam spoznala dublje značenje koje svaka odluka nosi, moć odluke koju prati odgovornost. Odricanje od dužnosti nekom vanjskom izvoru može izgledati, barem na trenutak, puno lakše. Međutim, onda kada to bolje shvatite, ne možete više zadugo varati sebe.

Moje srce je s onim ljudima koji marljivo rade na otpuštanju svojih negativnih stavova i bolnih sjećanja. Oni mi obično kažu: «Recite mi samo kako i ja ću to napraviti.» Uvijek tragamo za lakim oblikom meditacije, za lakom tjelovježbom, koja će nas izdići iznad magle, ali svijest ne funkcionira na taj način. Ironično je to što postoji jednostavan izlaz, ali on nije lak: stvari treba samo otpustiti. Otpustite misao o tome kako ste zamišljali da vaš život treba izgledati i prigrbite onaj život koji nastoji pronaći put do vaše svijesti.

Toliko puno ljudi koji se bore pronaći svoj put nalazi se u tom potrebnom, ali zbunjenom stanju svijesti. Jedan dio njih želi dozvoliti Božanskoj volji da usmjerava njihov život, a ipak muči ih strah da će, predaju li joj se, izgubiti svu ugodu na tjelesnom planu. Tako se nalaze u tom položaju čekanja sve dok ne postanu dovoljno snažni da

otpuste strah i prigrle dublju istinu da «će sve biti dobro» i to ne «dobro» možda po našem određenju, nego svakako po Božjem.

Toby me je nazvao radi «čitanja», jer je patio od teške depresije, artritisa i impotencije. Procjenjujući njegovu energiju, primila sam utisak da mu se zdravlje narušilo netom nakon pedesetog rođendana. U stvari, vjerovao je da je najbolji dio njegovog života upravo tada završen. Kad sam mu rekla svoj utisak, odgovorio je: «Pa, pogledajte samo oko sebe. Vidite li ikakve poslovne mogućnosti za čovjeka moje dobi? Sada živim u stalnom strahu da ću izgubiti posao u korist neke mlade osobe, a što ću onda?»

Predložila sam Tobyju da započne s nekim programom tjelovježbe i da se usredotoči na to da mu tijelo očvrstne. Bilo mu je potrebno nešto što bi mu donijelo iskustvo povratka snage tijela i što bi se potom proširilo i na preostali dio njegovog života. Na moje veliko iznenađenje, bio je otvoren za taj prijedlog. Do tada je stalno odgađao tjelovježbu, ali je rekao da će to sada učiniti.

Onda sam mu rekla da pročita neke budističke tekstove o prividu i počne razmišljati o starenju i vremenu kao prividu. Taj je prijedlog uznemirio Tobyja: «Kako vrijeme može biti privid?»

«Možete donijeti odluku da nećete stariti prema uobičajenom pravocrtnom vremenu. Možete donijeti odluku i zavrtlati svoj kalendar i učiniti svaki dan najboljim danom svoga života», rekla sam.

Toby se počeo smijati. «Volio bih da to mogu i provesti», dodao je.

«Onda probajte. Uvijek se možete vratiti i biti starac. Ta mogućnost uvijek postoji. Ali prvo pokušajte ovo.» Onda sam ga, zbog lakoće u njegovom glasu, upitala: «Jeste li primijetili da ovih nekoliko trenutaka niste bili potišteni?» Toby je zašutio na trenutak. «Imate pravo. Uopće nisam bio svjestan svoje depresije.»

«Osjećate li možda sada bolove zbog artritisa?», pitala sam ga.

«Moram reći kako ih sada ne osjećam, ali oni ionako dođu i odu.»

«Ali upravo sada kada razmišljate o mogućnosti da se ponovno osjećate dobro i slobodno, niste niti depresivni niti osjećate bolove?»

«Tako je», odgovorio je.

«Pa onda samo dajte sebi pozitivnije mentalne mogućnosti, poduzmite pozitivnije akcije, pa ćete se bolje osjećati, povratit ćete svoju snagu uključujući i seksualnu energiju.»

Toby je na to rekao: «U redu. A što ako ne budem mogao održati pozitivan stav? Onda će se sve vratiti, zar ne?»

«Tako je.»

«Dakle, Vi kažete da sam ja odgovoran za svoje raspoloženje i artritis, te da depresija dovodi do pojačavanja bolova. Dakle, ja sam odgovoran za sve ovo.»

«Izgleda tako», dodala sam.

«Trebali ste biti odvjetnica», Toby je odgovorio. «Dali ste mi puno toga za razmišljanje», dodao je. «Učinit ću najbolje što mogu.»

Četiri mjeseca kasnije primila sam razglednicu od Tobyja. On i njegova žena bili su na krstarenju. Na razglednici je pisalo: «Divno nam je - kako danju tako i noću.»

Ne događa se često da jedan razgovor tako temeljito promijeni nečiji život, ali Toby je odlučio sagledati svoje stavove i shvatiti kako je odabrao razmišljati o negativnostima. Kada osoba tako spremno prigrli energiju mudrosti, ne mogu a da ne pomislim da su duhovne snage nazočne u našem energetskom polju, poput Hokhmaha, sefiraha mudrosti, te da samo čekaju na priliku da prodru u našu svijest.

Carrie, stara trideset i četiri godine, predstavila mi se preko telefona riječima: «Nešto nije u redu sa mnom.»

«Dobro, a što to?» pitala sam.

«Ne mogu više obavljati svoj posao. Ne mogu više misliti. Ne mogu više ništa raditi», rekla je.

Dok sam «snimala» njezinu energiju, isti čas sam primijetila da njezin um, simbolički rečeno, nije «u» njezinom tijelu. Bio je ispunjen slikama koje nisu imale veze s njezinim trenutačnim životom, nego s duhovnim samotnim životom u nekom zabačenom seoskom kraju.

«Što čitate?» pitala sam je.

Carrie je redom nabrojala niz knjiga isključivo na temu duhovnosti. A onda je dodala: «Stalno mislim da pripadam Novom Meksiku. Bila sam se povukla nakratko onamo prije godinu dana i imala sam prekrasan osjećaj da mi je suđeno da se odselim u Novi Meksiko. Nikoga ne poznajem tamo, ali nikako da me prođe ta misao», rekla je.

Dok smo razgovarale o snazi njezinog osjećaja, objasnila sam Carrie, koristeći se simboličnim značenjem sakramenta zaređenja, da su ljudi ponekad pozvani da odu u neko mjesto i da je zato možda mudro slijediti taj osjećaj.

Carrie je stala jecati, rekavši kako ju je strah otići, isto kao što ju je strah i ostati. «Osjećam da je s mojim životom ovdje gotovo i da samo moram s tim prekinuti, ali nemam pojma što me tamo čeka.»

Pitala sam je što je motivira da se povuče.

Rekla je da je bila jako nadahnuta životnom pričom jedne žene koja je rekla Bogu: «Samo mi pokaži istinu. Ne želim ništa drugo u svom životu.» Čim je izmolila tu molitvu, ta je žena vidljivo počela živjeti iznimnim životom. «Nisam misionarka», nadovezala je Carrie. «Ali željela bih živjeti autentičnim životom. Ne osjećam da išta postizem ovdje kao odvjetnica u Detroitu. Cijenim ljude s kojima radim, zahvalna sam što mogu pomagati ljudima kroz svoj posao, ali stalno se osjećam praznom i to više ne mogu podnositi.»



Carrie se uistinu preselila u Novi Meksiko. Prekinula je svoju odvjetničku praksu i na svoje vlastito iznenađenje, pošto se skrasila u svom novom domu, privuklo ju je zanimanje babice, zanimanje o kojem nikada nije razmišljala tijekom vremena provedenog u Detroitu.

Pisala mi je nekoliko puta kako bih bila u toku s razvojem događaja i svaki put je naglasila kako ima osjećaj da život ulazi u njezino tijelo. «Osjećam kako energija struji u mene svaki put kad se približim nekoj trudnici. Počinjem razumijevati tu «stvar» koja se naziva energija. Odbacivala sam je kao maštariju dok sam živjela u Detroitu, ali sada mislim da postoji neka svjesna sila u ovom svemiru koja neprestance održava život i da ta sila teče kroz nas», napisala je u jednom pismu.

S moje točke gledišta, Carrie je našla svoju redovničku stazu. Uvijek ću se diviti ljudima čiji život je tako ispunjen nazočnošću vodstva.

Putovanje tijekom kojega čovjek postaje svjestan često je privlačnije u teoriji nego praksi. Traganje za sviješću teoretski putem knjiga i razgovora omogućuje nam da razmišljamo o odlasku u obećanu zemlju, a da pri tom ne napravimo nikakvu stvarnu promjenu u svom životu. Čak i pomisao na to da postoji obećana zemlja može dovesti do toga da se čovjek na trenutak osjeća sjajno. Do određene mjere «ovisnici o radionicama» čine upravo to - jako se oraspolože u razgovorima, ali se vraćaju kući i u svoj život točno na isto mjesto s kojega su i otišli.

Britanski pisac Graham Greene je jednom prilikom čekao dvije i pol godine za petnaestominutni sastanak s katoličkim mistikom Padre Piom koji je živio u jednom samostanu u Italiji. Padre Pio stekao je osobitu reputaciju «živog sveca» zbog nekoliko značajnih razloga, a jedan od njih je bio da je nosio «stigme» - «Kristove rane» koje su bile utisnute na njegovom tijelu dok je još bio mladi svećenik. Onoga dana kada je bilo ugovoreno da se Greene sretne s tim mistikom, on je prvo bio nazočan svetoj misi koju je predvodio Padre Pio. Njihov sastanak je bio zakazan odmah nakon bogoslužja. Umjesto da pričekava sastanak, Greene je izašao iz crkve, otišao na aerodrom i odletio izravno u London. Kada su ga pitali zašto nije otišao na sastanak, Greene je rekao: «Nisam bio spreman prihvatiti način na koji je taj čovjek mogao promijeniti moj život.»

**Međutim, na kraju naš um postaje zatrpan informacijama, pa osvane dan kada ne možemo više istodobno sjediti na dvije razine opažanja. Koliko god pokušavali, ne možemo zauvijek «posjećivati» istinu, a potom se vraćati prividu. U određenom trenutku sam proces promjene nas pogura naprijed.**

Prije nekoliko godina sreća sam čovjeka po imenu Dan koji je pohađao predavanja o razvoju svijesti i tehnikama primjenjivim u poslovanju. Rekao je kako je jako nadahnut predavanjima koja su govorila o primjenjivanju načela cjelovitog zdravlja u poslovanju, kao što su pozitivan stav i kombiniranje snage uma i srca. Dan je ispričao kako je nekoliko tjedana nakon seminara otvoreno podijelio svoja nova saznanja koja je stekao

s kolegama na poslu. Vjerovao je da će njegov entuzijizam biti zarazan i da će svatko biti nadahnut unijeti veći osjećaj osobne svijesti u svoj posao.

Prva službena provjera njegovog optimizma došla je kada je njegova tvrtka započinjala s novim projektom. On je rekao svojim suradnicima da «zamisle» uspjeh i obilje. On ih je čak sve okupio na dan početka rada na projektu kako bi meditirali zajedno. Nakon toga šef mu je rekao nasamo da bi mu bilo drago da svoju novostečenu «magiju» drži podalje od tvrtke. Kada projekt nije uspio polučiti očekivane rezultate, Dan i njegove nove zamisli - postale su ciljem neshvatljive kritike u tolikoj mjeri da je Dan dao otkaz. Mjesecima iza toga padao je u sve veću depresiju i zbunjenost. Onda ga je jednog dana nazvala bivša kolegica i zamolila za sastanak. Rekla mu je da se nekoliko zaposlenika, u vrijeme dok je on cvao sa svojim novim zamislama, zabrinulo da je on postao članom neke sekte.

Tijekom tog razgovora Dan je shvatio da je napravio grešku u procjeni. Zbog toga što je on bio spreman živjeti po novim unutrašnjim pravilima, pretpostavio je da će i svi drugi biti spremni za to. Ali oni to nisu bili. On je htio da njegova okolina odmah postane živi primjer zamisli sa seminara - uglavnom zato što je znao da će mu biti teško i dalje raditi na tom mjestu s njegovim novim unutrašnjim pravilima tako različitim od vanjskih pravila tvrtke. Na kraju je prihvatio da mu nije mogao biti dan veći poklon nego motiv da napusti tu situaciju i nađe prikladniju radnu sredinu. Ubrzo nakon toga počeo je slijediti svoj novi život.

**Postati svjestan znači mijenjati pravila po kojima živimo i uvjerenja kojih se držimo. Naša sjećanja i stavovi doslovce su pravila koja određuju kvalitetu života kao i snagu naših odnosa s drugima. Pomak u svijesti uvijek uključuje razdoblje osamljenosti i odvojenosti od drugih dok se čovjek ne navikne na novu razinu istine. A potom se uvijek pronade i novo društvo. Nitko nije za dugo ostavljen sam. Naše širenje u kraljevstvu svijesti koristi energije sefirota Hokhmaha i Binah, zajedno s urođenom željom da pronađemo svoju stazu zaredenja - stazu služenja koja nam dozvoljava da pridonosimo najvišim mogućnostima svoga uma, tijela i duha.**

## Upitnik za testiranje

1. Zbog kakvih svojih uvjerenja djela drugih ljudi tumačite na negativan način?
2. Kakvo negativno ponašanje stalno izranja na površinu u vašem odnosu s drugim ljudima?
3. Koji vas vlastiti stavovi onemogućavaju u napredovanju?
4. Kakvih se uvjerenja i dalje držite, a znate da ona nisu istinita?
5. Osuđujete li druge? Ako je tako, koje situacije i odnosi dovode do takvih sklonosti u vama?
6. Ispričavate li sami sebe zato što se ponašate na negativan način?
7. Možete li se prisjetiti trenutaka u kojima ste bili suočeni s mnogo dubljom razinom istine nego što ste dotad bili naviknuti i da li vas je to iskustvo uplašilo?
8. Koja uvjerenja i stavove biste voljeli promijeniti u sebi? Jeste li spremni obvezati se da ćete učiniti te promjene?
9. Da li vam je ugodno razmišljati o svom životu na neosoban način?
10. Bojite li se promjena koje bi se mogle dogoditi u Vašem životu ukoliko biste otvoreno prigrlili svjestan životni stil?

## POGLAVLJE 7

### SEDMA ČAKRA: NAŠA DUHOVNA SPOJNICA

Sedma čakra je veza s našom duhovnom naravi i našom sposobnošću da je učinimo sastavnim dijelom našega života te da nas vodi. Dok naš duh oživljava cjelokupni energetski sustav, sedma čakra je izravno povezana s traženjem bliske veze s Božanskim. To je čakra molitve. Ona je također i naš «bankovni račun milosti», skladište za energiju koju skupljamo kroz dobrotive misli i akcije te kroz djela vjere i molitve. Ona nam pomaže da naša unutrašnja svijest stekne snagu putem meditacije i molitve. Sedma čakra predstavlja našu vezu s transcendentnom dimenzijom života.

**Mjesto:** Vrh glave.

**Energetska veza s fizičkim tijelom:** Sedma čakra je točka gdje ljudska životna sila ulazi i beskonačno utječe iz višeg svemira, iz Boga ili Taoa, u ljudski energetski sustav. Ta sila hrani tijelo, um i duh. Ona se širi kroz fizičko tijelo i nižih šest čakri, povezujući cjelokupno fizičko tijelo za sedmu čakru. Energija sedme čakre utječe na velike tjelesne sustave: središnji živčani sustav, mišićni sustav i kožu.

**Energetska veza s emocionalnim/mentalnim tijelom:** Sedma čakra sadrži energiju koja stvara pobožnost, nadahnute i proročke misli, transcendentne zamisli i mistične veze.

**Simbolično/opažajna veza:** Sedma čakra sadrži najčišći oblik energije milosti ili **pranu**. Ona čuva energiju koja se stvara molitvom i meditacijom te se brine o našoj sposobnosti simboličnog viđenja. Ona je energetski centar za duhovni uvid, viziju i intuiciju daleko iznad uobičajene ljudske svijesti. Ona je mistično kraljevstvo, dimenzija svjesne veze s Božanskim.

**Osnovni strahovi:** Strahovi koji se tiču duhovnih pitanja kao što je «tamna noć duše»; strahovi duhovnog napuštanja, gubitka identiteta, gubitka veze sa životom i ljudima oko nas.

**Osnovne snage:** Vjera u Božansku nazočnost i sve ono što vjera predstavlja u životu čovjeka, kao što je unutrašnje vodstvo, uvid u iscjeljivanje i ona kvaliteta povjerenja koja nadržava obične ljudske strahove; pobožnost.

**Veza sefirota/sakramenta:** Sefirah povezan sa sedmom čakrom je Keter, što znači «kruna». Istočnjačke duhovne tradicije govore o sedmoj čakri kao krunskoj čakri. Keter predstavlja «prazninu», energiju odakle počinje materijalno očitovanje. Smatra se da je vječna, bez početka i kraja. Kršćanski sakrament povezan sa sedmom čakrom je posljednja pomast, sakrament koji se daje umirućima. Simbolično, posljednja pomast predstavlja proces povlačenja čovjekovog duha iz različitih «kutova» čovjekova života koji još uvijek predstavljaju «nezavršen posao», ili oslobađanje od žaljenja koje zadržavaju svijest, kao što su riječi koje smo morali izreći a nismo, ili one koje smo izrekli, a nismo trebali. Nezavršeni poslovi uključuju i veze koje smo htjeli da se završe drukčije ili staze kojima smo htjeli krenuti, a nismo. **Na kraju svog života, svjesno povlačimo ta sjećanja u konačnoj točki, prihvaćajući odabir koji smo napravili u to vrijeme i otpuštajući osjećaj da su stvari mogle ili morale biti drukčije. To je ono što se podrazumijeva pod izrazom «povući svoj duh natrag» kako bi on napustio ovaj svijet i vratio se potpuno u duhovnu dimenziju.**

Ovaj sakrament vjerojatno su potaknule zadnje Isusove riječi, dok je visio na križu. Rekao je svojoj majci: «Ženo, evo ti sina!», a zatim svom učeniku Ivanu: «Evo ti majke!» Zatim je okrenuo svoju pažnju prema Bogu Ocu i rekao: «Oprosti im jer ne znaju što čine,» i «Oče, u tvoje ruke predajem svoj duh!» Te rečenice utjelovljuju svjestan završetak života i pripremu za povratak u vječni duhovni identitet.

Iz jednog drugog simboličnog motrišta, zadnja pomast predstavlja obred koji bi morao biti sastavnim dijelom ljudskog života. Tijekom života ima puno trenutaka kada se suočavamo s raskrižjima gdje moramo pustiti da prijašnji život «umre». Što se manje držimo za materijalni svijet, to ćemo se lakše postaviti na ono mjesto gdje ćemo imati svjestan pristup energiji Ketera, krunske čakre, naše transcendentne veze s Božanskim.

**Sveta istina:** Energija sedme čakre nas potiče da tragamo za bliskom povezanošću s Božanskim u svemu što činimo. Ta duhovna želja za povezivanjem znatno je drukčija od želje da budemo vezani za neku religiju. Prije svega, **religija je skupno iskustvo čija glavna svrha je zaštititi skupinu, uglavnom od vanjskih prijetnji: bolesti, siromaštva, smrti, društvenih kriza, pa čak i rata. Religija je ukorijenjena u energije prve čakre. S druge strane, duhovnost je individualno iskustvo**

usmjereno prema otpuštanju strahova materijalnog svijeta i prema težnji za povezanošću s Božanskim. Sveta istina ove čakre je **Živi u sadašnjem trenutku.**

Traganje za osobnom duhovnom vezom potresa nas do srži. **Naša svjesna ili nesvjesna molitva kojom težimo izravnim poznavanjem Boga ide nekako ovako: «Ne želim više zaštitu skupine, niti više želim posredničko cjedilo za moje vodstvo. Sada želim Tebe da uđeš u moj život izravno i da ukloniš iz mog života svaku prepreku - bilo ona osoba, mjesto ili zanimanje - koja je suprotna mojoj sposobnosti da oblikujem blisko jedinstvo s Tobom.»** I kao što je **Meister Eckhart** napisao u svom djelu **Duša je jedno s Bogom**, krajnji cilj mistika je identitet: «Bog je ljubav, i onaj tko je u ljubavi, u Bogu je i Bog je u njemu.»

U traganju za jedinstvom s Bogom, mi tražimo da se svi tjelesni, psihički i emocionalni «prividi» uklone iz našeg života. Kada taj proces uklanjanja započne, mi smo probudili unutrašnji glas vlasti koji se odmah počinje natjecati sa svakom vanjskom vlašću u našem životu, što nas može baciti na unutrašnje muke ili čak «duhovnu šizofreniju».

Jedan muškarac, socijalni radnik, nazvao me je jer je osjećao nazočnost anđela oko sebe. Bio je preplavljen osjećajem da zapravo nije ništa učinio da pomogne siromašnim i očajnim ljudima koji su mu dolazili tijekom njegovog radnog vremena. «Jedne noći došao sam kući, pao sam na koljena i zavapio Bogu:»Jesi li Ti uopće s tim ljudima? Čuješ li njihove molitve? Oni trebaju pomoć, a osjećaju se tako bespomoćnima.» Sutradan, dok sam sjedio i razgovarao s jednom osobom, pokušavajući joj pomoći da prebrodi muke u svom životu, ugledao sam anđela pokraj nje. Taj anđeo se smiješio. Bio sam zapanjen. Razgovarao sam s njom kao da se ništa neobično nije događalo, ali nisam mogao suspregnuti taj smiješan osjećaj ekstaze koji me je stao ispunjavati. Stalno sam joj ponavljao: «Vjerujte mi, znam da će sve biti u redu,» a onda sam još dodao: «Znate, ja vjerujem, zaista vjerujem», i ona je izašla s osmjehom na licu. Sada svuda vidim anđele. Volio bih da svakom mogu reći da ih okružuje nebo. Prije tog iskustva bio sam u takvom očaju. Vjerovao sam, ali istodobno i očajavao. Znam da ovo zvuči proturječno, ali nije. **Želim raditi još više, ali iz dubine svoga srca.»**

## Duhovno buđenje

Puno je napisano o naravi osobnog duhovnog putovanja, ali jedno od prvih takvih djela je i najpoznatije. To je **Tamna noć duše**, djelo koje je u šesnaestom stoljeću napisao **Sveti Ivan od Križa**. U tom klasičnom djelu pisac govori o stupnjevima

odvajanja od plemenskog ili skupnog uma (moja terminologija) koje su potrebne za oblikovanje potpuno svjesne veze s Božanskim. Na svakom stupnju javlja se iskustvo izvanrednog mističnog transcendiranja kao i osjećaji depresije, ludila i krajnje izolacije nepoznate običnom ljudskom iskustvu.

U okviru katoličke tradicije, djelo Svetog Ivana od Križa donekle daje dozvolu pojedincu da se odvoji od skupnog religijskog iskustva i krene osobnim duhovnim razvojem. Samostanski život postao je način transcendiranja običnih religijskih parametara razumijevanja Boga u odnosu na izravan susret s Njim. U stoljećima koja su slijedila iza toga, Europljani su se susreli s drugim kulturama, pa je postalo jasno da intenzivna molitva, samoistraživanje i samodisciplina dovode do mističnih iskustava u svim kulturama.

Poput službenih religioznih vođa, samostani i ašrami «sadrže» Božansku moć unutar dobro čuvanih zidina. Ljudi koji su govorili da imaju vizije, da čuju glasove, da imaju iskustvo neobično intenzivne telepatske komunikacije, da su bili iscijeljeni putem molitve i putem polaganja ruku dok su usporedo postili do stanja izgladnelosti, tjednima neprestano meditirali i upadali u depresije koje bi obične smrtnike dovodile na rub samoubojstva. Promatrači, čak i oni u samostanima, držali su se podalje nekih od tih mistika, osim ako «Božje oko» nije zasvijetlucalo u njihovom smjeru. Poznato je da je malo njih moglo izdržati «izravan kontakt» s nebom.

Drugi vatikanski sabor, održan 1960. godine, bio je prekretnica u zapadnjačkom religioznom svijetu. To okupljanje rimokatoličke hijerarhije stavilo je izvan zakona mnoge stoljećima stare tradicije i potaknulo novu duhovnu slobodu za sve, neovisno od duhovne pozadine. Riječ **katolička** također sadrži u sebi i «univerzalnost» mišljenja - što je naročito moćan simbol, uzimajući u obzir da je rimokatolička religija bila prvotna kršćanska crkva. Sada, kroz Vatikan II, ta prvotna struktura moći odaslala je poruku univerzalnog duhovnog liberalizma.

Svuda u svijetu, ljudi su se počeli sukobljavati s ograničenjima njihovih vlastitih religioznih tradicija i istraživati duhovna učenja drugih. Žene su tražile da postanu svećenice. Kršćani su u gomilama odlazili u zenbudističke samostane i hinduističke ašrame. Budisti i hindusi su tragali za kršćanskim naukom. Religiozni vođe iz istočnih i zapadnih tradicija stali su održavati službene sastanke. Između Istoka i Zapada granice nisu stali kidati samo laici, nego i učeni ljudi kao što je bio pokojni redovnik trapist **Thomas Merton** koji je u svom klasičnom djelu **Azijski dnevnik Thomasa Mertona** izrazio potrebu istraživanja zajedničkih istina budizma i kršćanstva.

Za duhovno opredijeljene ljude ova nova duhovna sloboda označavala je prekretnicu u «spoznavanju Boga», s revolucionarnim posljedicama nepoznatim još od pobune Martina Luthera. Kako su «nezaređeni» naučili vještine potrebne za tumačenje dubljih značenja svetih spisa, obrazovanje laika oslabilo je ulogu zaređenih ili službenih religioznih vođa. Simbolično, zidovi samostana - koji su dugo vremena sadržavali

najsnažniji oblik «Božanskog Svjetla» - srušili su se. Zaista, 1950. godine Kinezi su napali Tibet, prisiljavajući Dalaj Lamu na bijeg iz svog samostanskog doma. Premda se to izbjeglištvo duhovnog vođe zemlje smatra jednim od najboljih poglavlja tibetanske povijesti, učenja Dalaj Lame i drugih darovitih učitelja ušla su i ostavila traga u mnogim svjetskim duhovnim zajednicama. Božansko Svjetlo je obasjalo živote bezbrojnih «mistika bez samostana» - laika koji prihvaćaju iznimna duhovna učenja u privatnosti svog osobnog života.

**Ovaj pomak od religije prema duhovnosti nije samo kulturni trend. Radi se o arhetipskoj reorganizaciji naše planetarne zajednice, koja sada ima pristup univerzalnim istinama koje su dostupne putem simboličnog viđenja. Simbolično viđenje često uključuje intuiciju koja osjeća veze među svim živim energetskim sustavima.**

Na jednoj od mojih radionica, jedna žena je govorila o svojoj vezi s prirodom. «Svaki dan, dok se pripremam za rad u vrtu, izmolim molitvu da bih potakla pomoć duhova koji su čuvari prirode i odmah osjetim kako su ta energetska bića pokraj mene. Da mi je netko prije puno godina rekao kako ću izgovarati takve stvari, rekla bih mu da je lud. Ali prije osam godina, pošto sam bila svjedokom jedne ekološke katastrofe, obuzela me je žalost kao nikada ranije u životu. Nisam je se mogla osloboditi. A tada, jednog poslije podneva, dok sam šetala šumom, začula sam glas koji je zvučao kao da je dolazio od nekoga tko mi je dozezao tek do koljena. Govorio je: «Pomogni nam.» Zaplakala sam jer sam do dna duše osjetila kako mi se obraća carstvo prirode. Tu večer nazvala sam vlasnika trgovine u kojoj sam radila kao šefica i predala mu svoj usmeni otkaz. Nije mi čak palo na pamet da razmislim kako ću se prehraniti. Jednostavno sam morala slijediti taj glas. I onda sam izrekla molitvu sa željom da mi se pokaže put kako da pomažem prirodi. Za manje od dva tjedna, osoba koju sam tek površno poznavala u to vrijeme, pitala me je bi li me zanimalo da započnem s njom posao na uzgoju i prodaji ljekovitog bilja. Što se mene tiče, to je bio početak mog života.»

**Taj intuitivan osjećaj povezanosti pokreće sve nas, cijeli planet, prema cjelovitom razumijevanju zdravlja i bolesti, okoliša i bioloških raznolikosti te društvenih prioriteta u služenju i milosrđu. Ovaj pokret da djelujemo poput «jednog svijeta» posljedica je puštanja Božanskog Svjetla u svijet. Čini se kao da je čovječanstvu dana «zapovijed» da duhovno sazrije do razine cjelovitog viđenja i služenja, a otvoren nam je veliki broj staza služenja kako bismo ispunili tu zapovijed.**



Jedan od mistika koji radi na globalnoj političkoj razini kako bi približio narode i zemlje i učinio svijet boljim mjestom je četrdesetčetverogodišnji **Jim Garrison**, predsjednik Fundacije Gorbačov, predsjednik Udruga za međunarodnu vanjsku politiku te predsjednik korporacije Diomedes. Jim je i teolog. Doktorirao je teologiju na Sveučilištu Cambridge. Njegovi uspjesi uključuju poticanje Mihaela Gorbačova da ustanovi Fundaciju Gorbačov, stvarajući svemirski most između američkih astronauta i (nekada) sovjetskih kozmonauta, zatim uspostavljanje prvog Globalnog foruma, skupa gdje se brojni svjetski vođe poput Georgea Busha, Margaret Thatcher i Mihaela Gorbačova sastaju s moćnim glasovima duha, kao što su Deepak Chopra i Thich Nhat Hanh, da bi razgovarali o novoj viziji našeg globalnog društva. Jim je čovjek ispunjen vizijom i snagom ljudskoga duha.

Rođen u Kini, kao dijete američkih roditelja misionara, Jim opisuje svoje prvo duhovno iskustvo na ovaj način: «Kad mi je bilo pet godina zalutao sam u budistički hram u nekom seocetu u Tajvanu, gdje sam po prvi put ugledao redovnika kako meditira. Promatrajući ga, ugledao sam kako mu jedna muha hoda po licu, a to me je opčinilo jer redovnik nije pomaknuo ni jedan mišić. Muha je odletjela s njegovog lica, pa je ponovno doletjela, a redovnik se nikako nije micao. Shvatio sam da je taj čovjek zapravo negdje drugdje. Sjedio sam u hramu i nastavio ga promatrati i jedino o čemu sam mogao misliti bilo je: «Gdje li je on sada?»

Sljedeće nedjelje, dok je moj otac držao propovijed za vrijeme službe Božje, shvatio sam da nisam vjerovao u ono što je moj otac propovijedao. **Iznenada sam spoznao da je Istok nađeno blago i da se kultura Istoka mora poštivati, a ne preobratiti.** Na koncu su me poslali u protestantski internat i kad mi je bilo sedam godina nekoliko puta su me pošteno istukli, jer se nisam složio s onim što su misionari učili o Bogu. Tijekom tog iskustva, slika redovnika mi se ponovno pojavila u pameti, prisjećajući me mjesta kamo možemo poći, a koje je izvan prostora i vremena. Ta slika mi je pomogla preživjeti internat.

Kad mi je bilo devet godina, počeo sam se prepirati oko teoloških pitanja. Sjećam se kako sam istupio u obranu jedne katoličke djevojčice koja se zvala Jackie, a koja je također pohađala internat. Drugi učenici su joj rekli kako će završiti u paklu, jer je katolkinja, a ja sam tada rekao da nitko ne završava u paklu tko vjeruje u Boga. Rekao sam da nije važno što je katolkinja. Samo radi tog istupa su me stavili u samicu na dva tjedna. Ubrzo nakon toga, jedna od odgajateljica okupila je svu djecu u jednoj sobi kako bi im podijelila po bombon. Iz susjedne sobe čuo sam je kako djeci govori da mogu dobiti još bombona ako se slože da se neće igrati sa mnom sve dok ne prihvatim Krista.

Ponovno mi je slika redovnika izronila u pameti, podsjećajući me da **postoji mjesto izvan vaših okolnosti gdje možete preživjeti vanjski svijet.**

Jednom kad sam počeo odlaziti na to mjesto, počeo sam učiti o vrlinama: znači, **kada ste okruženi sitnim dušama, vaš je zadatak da budete dio Svjetla i to kada morate štititi druge, boriti se za druge čije zamisli su negativne.** Taj uvid mi je pomogao da steknem zamisao o društvenoj pravdi, a ona je danas moj život. **Vjerujem da smo svi mi posude kroz koje djeluje Duh kako bi ostvario zadatke poticanja ljudskoga razvoja.** To je jedna jedincata stvar koju sam učinio u svom životu. Vjerujem da sam počeo s duhovnim životom i radom zato što sam odbio negirati autentičnost iskustva s tim redovnikom. Izgleda kao da sam taj dan, kada sam ga ugledao, nekako zajedno s njim otišao do tog unutrašnjeg mjesta. Otada se više nikada nisam vratio u običnu svijest. Vjerujem da je ponekad potrebno meditirati, ponekad moliti; a ponekad se moramo suočiti s izazovima na ulici. U neko drugo vrijeme moramo se, pak, zahvaliti na stvaranju i na mnogostrukosti Božanskog. To je zadaća ljudskoga duha.»

Jim živi kao suvremeni mistik. Kad je okupio svjetske vođe na prvom Globalnom forumu, da bi «pomno razmotrili sljedeću fazu ljudskog razvoja», on je bio model ljudskoga duha u svom punom potencijalu i dokaz sposobnosti da jedna osoba naoružana vjerom može donijeti veliku promjenu u ozdravljenju ovog planeta.

## **Duhovna kriza i potreba za pobožnošću**

«Slika simptoma» duhovne krize gotovo je jednaka slici psihičke krize. U stvari, budući da duhovna kriza prirodno uključuje psihu, «mistik u nastajanju» ne mora biti svjestan da je njegova kriza po naravi duhovna, te može opisati svoju dilemu kao psihičku. Pa ipak, simptomi duhovne krize se razlikuju. Kriza obično započinje osvješćivanjem **odsutnosti značenja i svrhe** koja se ne može riješiti tek sređivanjem vanjskih činitelja nečijeg života. Čovjek osjeća mnogo dublju čežnju, tako da ga ne može zadovoljiti viđenje budućeg promaknuća, brak ili nova veza. Obična rješenja nisu više privlačna. Naravno, neki ljudi nikada ne pronađu značenje i svrhu u životu, ali ti ljudi vjerojatno krivo očekuju da će im život sam isporučiti «značenje» na kućnome pragu. **Ljudi koji se kronično tuže na nešto i ljudi koji nemaju ambicije ne pate od duhovne krize. Oni, pak, koji jesu u duhovnoj krizi imaju osjećaj kao da ih nešto iznutra pokušava probuditi. Oni samo ne znaju kako to sagledati.**

**Neobični novi strahovi** predstavljaju drugi simptom duhovne krize. Ti strahovi nisu obični, kao što su, na primjer, strah od napuštenosti ili starenja. Prije bi se moglo reći da

osoba osjeća kako gubi osjećaj o sebi ili svom identitetu. **»Više nisam sigurna tko sam i što želim od života« je standardan izvještaj osobe koja je prožeta energijom sedme čakre.**

Treći simptom je **potreba da osjetimo predanost prema nečemu što je veće od nas.** Mnogi psihološki tekstovi koji su danas dostupni i koji opisuju ljudske potrebe rijetko spominju našu osnovnu potrebu za predanošću, premda **mi biološki i energetski moramo biti u dodiru s izvorom moći koji transcendiraju ljudska ograničenja i patnje. Moramo biti u dodiru s izvorom čuda i nade.** Predanost šalje dio našeg svjesnog uma našem nesvjesnom vječnom jastvu, što nas za uzvrat izravno povezuje s Božanskom nazočnošću. Čak i kratki i povremeni susreti s tom nazočnošću i njezinom beskonačnom moći pomažu našoj svijesti da se oslobodi životnih strahova, te da ljudska moć prestaje zapovijedati našom pažnjom.

Naša potreba da budemo predani višoj moći našla je bezbrojne neprikladne surogate: predanost korporaciji, političkoj stranci, atletskom timu, osobnom programu tjelovježbe, čak i uličnoj bandi. Svi ti zemaljski surogati će na koncu prevariti predanog čovjeka. Bez obzira koliko vježbali, ostarjet ćete. Možda ćete u tom procesu ostati zdravi, ali ćete ipak ostarjeti. Mnogi zabrinuti ljudi pate kada ih otpuste tvrtke u kojima su godinama vjerno radili, a to se bez sumnje događa zato što njihova vjernost sadrži nesvjesnu predanost. Očekujemo da nam se predanost zemaljskim stvarima i ljudima vrati kvalitetom moći koja se može pobrinuti za sve naše zavjete, ali nijedno ljudsko biće niti organizacija ne upravlja takvom moći. Nijedan guru, propovjednik ili svećenik ne mogu upravljati energijom svojih odanih ljudi dugo vremena bez nekog oblika skandala. **Nismo stvoreni da budemo predani ljudskom biću. Predanost je usmjerena prema gore i ona nas vodi sa sobom.**

**Odsutnost značenja, gubitak vlastitog identiteta i potreba za predanošću su tri najjača simptoma koja ukazuju da je osoba ušla u «tamnu noć».** Istina, te su značajke slične uobičajenim psihičkim dilemama koje ljudi doživljavaju. Pa ipak, kada je njihov korijen duhovne naravi, osoba **nema motivaciju da okrivljuje druge ljude** za svoju krizu. Zapravo, osoba shvaća da je kriza u njoj, iznutra. **Ta neadekvatnost vanjskih komponenata u životu osobe je posljedica duhovne krize, a ne uzrok.**

Vješt duhovni savjetnik moći će pomoći osobi da prođe kroz «tamnu noć», s tim da će mnogi njezini izazovi uključivati suočavanje s intenzivnim psihičkim pitanjima. Standardno psihološko savjetovanje ide za tim da se pronađu negativni obrasci u čovjekovim vezama od djetinjstva nadalje. I premda je utvrđivanje tih negativnih

obrazaca svakako korisno i u duhovnom savjetovanju, duhovni savjetnik će prije svega istraživati sadržaj unutarnjeg dijaloga osobe koji je vezan za stvari duha, kao što su:

Kojim pitanjima tražite uvid u svrhu svog života?

Koje strahove vezujete za svoje shvaćanje Boga?

Biste li ocijenili svoj život beznačajnim u duhovnom smislu?

Kakve duhovne maštarije imate? Vjerujete li, na primjer, da ste superiorniji od drugih ljudi zbog toga što ste na duhovnoj stazi ili da će Bog više misliti o vama nego o drugim ljudima koji nisu tako uključeni u duhovnu stazu poput vas?

Jeste li zatražili u osami svojih molitvi ili misli da vam se pojasne razlozi zašto vam je teško vjerovati u Boga?

Osjećate li da ste na neki način donijeli krive odluke?

Jeste li ikada postali svjesni da ste kršili neka svoja duhovna pravila?

Jeste li ikada poželjeli biti iscijeljeni?

Jeste li ikada poželjeli spoznati Boga na dubljoj razini nego li ga sada poznajete?

Ovo nisu uobičajena psihološka pitanja. Čovjek može postati otvoreniji za primanje odgovora na njih tako da iz svojeg života ukloni mentalne i emocionalne prepreke. Zbog takve reorganizacije čovjek će se u početku osjećati gore dok bude prolazio «tamnu noć duše», jer će kroz nju doći do spoznaje sadržaja svoga uma i srca, suočit će se sa strahovima i uvjerenjima, jer će svjesno istraživati tamnu stranu i izazove lažnih bogova koji ne napuštaju ljudsku psihu bez borbe.

Bolest je često katalizator za duhovnu preobrazbu i «tamnu noć duše». Četrdesetdevetogodišnji Per je konstruktor prekoocenaskih brodova. Ta mu je karijera donijela veliki financijski uspjeh. Godinama je Per putovao svijetom, vodio pregovore s utjecajnim poslovnim ljudima i uživao u društvenom životu punom sjaja. Kad mu je bilo četrdeset i tri godine, ustanovljeno je da je HIV pozitivan. Nakon godinu dana umrla mu je majka s kojom je bio vrlo blizak. Kombinacija tih dvaju traumatičnih događaja natjerala je Pera u očaj i depresiju.

Prije te tragične godine o Perovom duhovnom životu nije moglo biti ni spomena. Kao što je on sam napomenuo, ta dimenzija nije imala nikakve svrhe u njegovom životu. Međutim, pošto mu je majka umrla, zatražio je pomoć svećenika, ali iz svoje obiteljske religiozne sredine nije primio mnogo utjehe.

Istodobno, Per je nastavio raditi i nikom nije govorio o svom tjelesnom i psihičkom stanju. Sve se više povlačio i sve se više plašio kako će ljudi otkriti njegovu bolest. Ta kombinacija straha i usamljenosti dovela je Pera skoro do živčanog sloma. Prekinuo je sve svoje poslovne obveze i odlučio da će na neko vrijeme otići iz svog grada. Otišao je u majčinu seosku kuću koja je bila smještena u prilično odvojenom mjestu u planinama. Da bi nečim ispunio vrijeme, počeo je obnavljati kuću. Tijekom večeri je čitao knjige, pa je jedno jutro otišao u najbliže mjesto ne bi li pronašao knjižaru. To je bio uvod u proučavanje alternativne zdravstvene terapije i duhovne literature.

Per se vratio u majčinu kuću pretrpan knjigama i mjesecima nije radio ništa drugo nego se obrazovao o alternativnoj zdravstvenoj skrbi, uključujući i o koristi koju pružaju meditacija i vizualizacija. Potaknut time, Per je počeo meditirati. Istodobno, promijenio je svoje navike u prehrani tako da se držao stroge dijeta za ozdravljenje. Zbog odvojenosti, meditiranja i makrobiotičke prehrane, Per je počeo živjeti životnim stilom redovnika.

Kako su mjeseci prolazili, Per je osjetio kako mu rastu optimizam i nada. Vježbao je zadržavati svoj duh «u sadašnjem trenutku» i svjesno je radio sve što je umio da se riješi svojih nesvršenih poslova. Tijekom meditacija počeo je doživljavati transcendentalno stanje svijesti. U početku nije imao pojma što mu se događa, samo se prekrasno osjećao.

Per je počeo čitati knjige o mistici i otkrio je opise mističnih iskustava koji su bili blizu njegovog transcendentalnog stanja. Onda, tijekom jedne meditacije, kada je Per, kako je rekao «posjetio nebo», osjetio je kako se njegov duh odvaja od njegovog tijela i ulazi u dimenziju «ekstaze iznad ljudske svijesti». U tom stanju, sav Perov strah se rastočio i on je osjetio da «vječno živi».

Nakon toga je Per odlučio vratiti se na posao. Kako su dani prolazili, bivao je sve jači i jači. Otišao je liječniku na još jedan test krvi i premda je u njegovoj krvi još uvijek postojao virus AIDS-a, njegov imunološki sustav se povratio u maksimalno stanje zdravlja. Sada Per govori o sebi kao da «živi potpunije otkad je susreo smrt». Otada se čitav njegov život počeo vrtjeti oko duhovne prakse, tako da je i njegovo stvaralaštvo doseglo novu razinu.

«Ne znam koliko ću dugo živjeti», rekao mi je Per, «ali istini za volju, to ne bih znao niti da nemam taj virus. Ironija je što vjerujem da me je virus učinio duhovno zdravim. Svakim danom je moj život puniji nego što je bio ikada prije i osjećam vezu s tim

mjestom koje mi je stvarnije nego ova zemlja i ovaj život. Da mi je netko ponudio sve ovo što sada znam i doživljam i onda rekao da je jedini način da dođem do tog mjesta tako da se zarazim HIV virusom, vjerujem da bih pristao, jer je to unutrašnje mjesto toliko stvarnije nego sve ono što sam ranije doživio.»

Perovo duhovno putovanje ne samo da utjelovljuje «tamnu noć», nego zrači snagom duha koji postaje jači od tijela. To je saga o čovjeku koji je pronašao duhovnu stazu za ono što mu je dugo nedostajalo: predanost prema nečem većem nego što je on sam.

### **Kako izdržati «tamnu noć»**

Da bi čovjek izdržao «tamnu noć» potrebna je vjera, molitva i ako je moguće, duhovni savjetnik. Ukoliko ne možete doći do duhovnog savjetnika, neka vam oslonac bude duhovna literatura. Naći osobu koja razumije narav tog putovanja je isto što i pronaći pojas za spašavanje. Morate voditi dnevnik, zapisivati svoje misli i molitve, a iznad svega, držati se istine da sve tamne noći završavaju svjetlom koje osvjetljava put.

Budite svakodnevno predani obliku molitve koja vam je ugodna. Predanost - ne opsesija, nego predanost - to je iznimno iscjeljujuća sila. Molite u određeno doba dana: kad se probudite, u podne i prije odlaska na spavanje. **Kvaliteta molitve se ne mjeri vremenom nego namjerom.** Čak je svega pet minuta ujutro i pet minuta na večer dovoljno. Ako vam neke molitve donose osjećaj mira, neka onda ta molitva postane dio vaše svakodnevne predanosti.

Pedesetsedmogodišnji Ron je bivši katolički svećenik koji je stekao ugled u Sjedinjenim Državama zato što je mogao iscjeljivati ljude. Taj dar je otkrio još dok je bio mlad svećenik. Svoje prvo iscjeliteljsko iskustvo opisuje ovako:

«U ljeto 1976. godine zamoljen sam da održim predavanje skupini ljudi iz različitih religioznih smjerova o Božjoj moći. U to vrijeme bio sam uključen u rad premošćivanja različitih religioznih tradicija. Po završetku svog predavanja, jedan muškarac je zapitao bi li «se pomolio za bolesne koji se nalaze u publici». Pretpostavio sam da me on pita hoću li moliti za te ljude u osami svog doma, pa sam mu rekao da hoću. Međutim, čim sam mu odgovorio, on se popeo na podij i najavio: «Ronu će biti neobično drago da moli za ozdravljenje bolesnih ovdje u dvorani.»

Kad je izrekao tu obavijest, skoro sam doživio srčani udar. Teološki sam vjerovao u Božju moć, ali «Božja moć za ozdravljenje» bilo je već nešto drugo. Otprilike je dvjesto ljudi od nazočnih četiri stotine istupilo zbog te vrste molitve. Ne znajući što da radim, pomolio sam se i intuitivno sam naveden da jednostavno položim ruke na ljude i pustim Božju moć da obavi sve što je potrebno.

Jasno se sjećam prve osobe koja je stajala ispred mene. Položio sam jednu ruku na njezinu glavu i - iz navike - drugom rukom napravio znak križa preko njezinog tijela. Nisam ništa drugo osjećao nego strah i kretao sam se brzo kroz tu gužvu da što prije dođem do izlaza. Otprilike četiri mjeseca kasnije, ta ista žena se pojavila na mojim vratima da mi opiše što se otada dogodilo u njezinom životu. Cijeli dan je osjećala kao da munja prolazi njezinim tijelom uz unutrašnji glas koji joj je govorio da se vrati svom liječniku na daljnja ispitivanja. Ona je to i učinila, ali samo zato da bi potom otkrila da je u potpunosti ozdravila od raka. Bio sam zapanjen.

Od tog trenutka, moj život je krenuo smjerom koji nisam svjesno zacrtao. Duhovno iscjeljivanje je postalo mojim glavnim žarištem. Ljudi su mi počeli dolaziti tražeći pomoć i premda nisam shvaćao kako sam pribavljao tu pomoć, izreka iz molitve svetog Franje mi se duboko urezala u svijest: **«Učini me provodnikom Tvoga mira.»** Ta molitva mi je je govorila da je **potrebno predati se sili puno većoj od mene da bi s povjerenjem mogao obavljati taj posao. Samo sam morao toj «duhovnoj sili» ponuditi sredstvo kroz koje da djeluje.»**

Ronova «tamna noć» započela je 1987. godine kada je shvatio da želi napustiti svećenički poziv. Niz događaja naveo ga je da povjeruje da ne bi mogao preživjeti političku atmosferu crkve i pristati na njezin nauk za koji je vjerovao da je u neskladu s naukom Isusa.

«Doslovce sam bio ispunjen očajem, depresijom i osjećajem neprimjerenosti», govorio je Ron. «Pa ipak, to nije bilo dovoljno za odlazak, pogotovo zbog straha što će drugi reći, a naročito moja obitelj. Živio sam u strahu plemenskog uma, pa ipak, kada je na koncu došlo do toga da napustim svećenički red, imao sam podršku obitelji.

Potom me je niz događaja primorao da se sučelim sa sobom, sa svojom usamljenošću, u teškoj situaciji kada je sve došlo do vrhunca. Stvarno sam vjerovao da sam predan rastu duhovne svijesti, ali je došlo do razvoja dubokog sukoba između određenog biskupa i mene. U to isto vrijeme dobio sam poziv da gostujem u talk showu Joan Rivers. Tada sam proživljavao krizu identiteta. Proveo sam dvadeset i pet godina kao svećenik, ali Joan Rivers me je predstavila kao duhovnog iscjelitelja koji iscjeljuje putem molitve. Bilo je to kao da me je netko lupio čekićem i rekao: «Ovo je sada tvoj identitet.» I tada mi se zapravo počelo vraćati svjetlo u život.

Kada sam se vraćao iz New Yorka nakon tog TV nastupa, odlučio sam napustiti svećenički poziv. Ubrzo nakon toga sreo sam istinski duhovnog učitelja koji mi je rekao

da ću biti sposoban transcendirati religiju i biti puno uvjerljiviji nego kao svećenik - to je bio komentar koji me je šokirao. I premda sam napustio institucionalni svećenički red, još se uvijek osjećam svećenikom u najdubljem značenju «zaredenja».

Izlazeći iz ovakve smrti, krenuo sam stazom duhovnog iscjelitelja. **Otpustio sam svaku vezanost za koju sam znao. Zadržao sam mistične istine koje sam naučio kao svećenik, ali sam napustio religiozna učenja.** Odmah su mi se počele otvarati nove mogućnosti, poput rada u okviru zdravstva.»

Ron je sada vodeći glas u iscjeliteljstvu, ne samo za ljude kojima je potrebna pomoć za iscjeljivanje, nego i za one koji osjećaju poziv da i sami postanu iscjeliteljima. Njegovi uvidi u narav iscjelivanja putem molitve vrijedni su pomena:

«Prvo, dozvolite mi da objasnim **što znači biti zaredeni iscjelitelj. Zaredeni iscjelitelj je onaj tko je otvoren Božjoj energiji putem molitve i rabi tu energiju za iscjeljivanje drugih kao i našeg planeta. Mnogi ljudi misle o sebi da su iscjelitelji i premda su oni dobronamjerni, oni nisu ono što bih ja nazvao «zaredenim» iscjeliteljima. Značajka zaredenog iscjelitelja je da je on prošao kroz «tamnu noć» te da je izdržao osjećaj da je napušten od Boga. Značenje napuštanja, sada to shvaćam, je to da ono predstavlja pitanje od Boga: «Jesi li sposoban vjerovati u Mene čak i u najtamnijoj noći?»**

**Tijekom te napuštenosti vaš vlastiti duh se slama i vi shvaćate da je jedini način prolaza kroz taj pakao vratiti se Bogu i prihvatiti uvjete Božanskog, neovisno od toga što od tada nadalje Nebo zatraži od vas. Sjećanje na «tamnu noć» ostaje u vašoj svijesti kao znak koji vas drži u savezu s Bogom, ponizne i zauvijek svjesne činjenice da će uskrsenje doći jednom, neovisno od toga kako mračna bila ta noć.**

Koji ljudi traže pomoć? Ljudi oboljeli od smrtonosnih bolesti - i ne slučajno, velika većina ima osjećaj kao da ih je Bog napustio, a isto tako i kaznio. Njegov stav uključuje: «Ako je to ono što Bog želi, pristajem», ali zapravo oni to ne misle. Njihov sukob je očit, ali iznad njihove tjelesne bolesti oni se boje spoznaje o tome zašto je njihov duh u takvoj boli. Neki smognu snage reći Bogu, dok molim iznad njih: «Želim primiti Tvoju milost i rabiti je kako je to i Isus činio, da bih ozdravio od svojih strahova i oprostio onima kojima moram oprostiti.» Sklon sam misliti da oni primaju milost koja uništava tjelesnu bolest.



**Što zapravo znači iscjeljenje putem milosti? To znači zazivanje Božje energije da «nas podari milošću» na takav način koji će nam pomoći da budemo snažniji od same bolesti.**

Mogu li se sve bolesti izliječiti? Da, naravno, ali to ne znači da će svaka bolest **biti** izliječena. Ponekad čovjek mora pretrpjeti bolest iz razloga da se suoči sa svojim vlastitim strahovima i negativnostima. A ponekad je jednostavno došlo vrijeme da čovjek umre. Smrt nije neprijatelj, ali strah od smrti jest. Smrt isto tako može biti konačno iskustvo napuštenosti - što je i razlog zašto smo potaknuti da uspostavimo kontakt s onima koji su otišli prije nas, da bismo bili sigurni da ćemo doživjeti dobrodošlicu kad stignemo onamo.

Stječe li iscjeljivanje putem molitve sve veće povjerenje kao rezultat ove duhovne svijesti Novog Doba? Da, počinjemo razumijevati što je to zapravo autentična molitva. **Molitva predstavlja čovjekovu svjesnu vezu s Bogom. Autentična molitva ne podrazumijeva obraćati se Bogu da bismo dobili nešto. Ona podrazumijeva obraćanje Bogu da bismo bili s nekim. Molitvu ne predstavljaju toliko naše riječi upućene Bogu, nego naš život s Bogom. Kada to shvatimo, onda molitva postaje «energetski lijek».**

Kada ljudi odu od mene, oni moraju nastaviti sa svojim vlastitim životom u molitvi s Bogom. Razmišljati o meni - da sam ja taj koji je odgovoran - ili razmišljati da ja posjedujem moć koja njima manjka, jest pogreška koja proizlazi iz mišljenja da svećenik ima dublju vezu s Bogom nego obični smrtnici. To je pogreška i to vrlo velika. Svaki pojedinac mora težiti osobnom i odgovornom duhovnom životu. Ja «ukopčam» energiju, ali osoba sama mora održavati svoje vozilo.»

Ronov rad predstavlja ponovnu pojavu oblika ozdravljenja koji je oduvijek postojao i koji će uvijek postojati: biti iscjeljen putem vjere i to ovoga časa.

**Naš cilj dok smo na ovoj zemlji jest transcendirati privid i otkriti urođenu moć našega duha. Mi smo odgovorni za ono što stvaramo i zbog toga moramo naučiti misliti i djelovati s ljubavlju i mudročću te živjeti služeći drugima i cjelokupnom životu.**

## Upitnik za testiranje

1. Za koja pitanja ste tražili vodstvo tijekom meditacije ili u trenucima molitve?
2. Kojih biste se odgovora na ta pitanja najviše bojali?
3. Cjenkate li se s Bogom? Iznosite li Bogu pritužbe više nego zahvalnost? Jeste li više skloni moliti za određene stvari nego moliti iz poštovanja?
4. Jeste li predani određenoj duhovnoj stazi? Ako niste, osjećate li potrebu pronaći neku? Imate li nadomjestaka kojima ste predani? Ako da, ispišite ih te procijenite svoj odnos prema njima.
5. Vjerujete li da je Bog iz vaše tradicije autentičniji nego ono Božansko u svim drugim duhovnim tradicijama?
6. Čekate li da Vam Bog pošalje objašnjenje za vaša bolna iskustva? Ako je tako, navedite ta iskustva.
7. Na koji način bi se vaš život promijenio kada bi Bog iznenada odlučio odgovoriti vam na vaša pitanja? I na koji način bi se on promijenio kad bi odgovor koji biste dobili bio ovakav: «Nemam namjeru dati ti uvid u tvoja pitanja u ovom trenutku tvog života.» Na što biste tada bili spremni?
8. Jeste li ikada započeli, pa prestali s nekom meditativnom vježbom? Ako je tako, koji su razlozi zbog kojih niste uspjeli ustrajati u toj vježbi?
9. Jeste li svjesni duhovnih istina po kojima ne živite? Koje su to istine? Nabrojite ih.
10. Bojite li se bliže duhovne veze s Božanskim zbog mogućih promjena koju bi ona izazvala u Vašem životu?

## POGOVOR

### VODIČ ZA SUVREMENOG MISTIKA

Znam da nisam prva koja objavljuje da je ovo razdoblje povijesti najuzbudljivije vrijeme u kojem je čovjek živio. Živimo u vremenu koje nije slično nijednom prethodnom. Živimo između dvije paradigme moći ili dvije paradigme stvarnosti - unutrašnjoj i vanjskoj, energetske i tjelesnoj. Iznova izgrađujemo sebe i svoje odnose prema osobnom i duhovnom autoritetu. Neizbježno, to ponovno izgrađivanje preoblikovat će svaki vid svjetske kulture u skladu sa svetom istinom **Sve je Jedno**.

Činjenica da je naše globalno društvo sada zasićeno krizama koje dotiču svaku naciju; svaki organ i svaki sustav u našem globalnom «tijelu» ima simbolično značenje. Nuklearno trovanje, manjak pitke vode, brige oko okoliša, sve tanji ozonski omotač, samo su prva od mnogih pitanja koja nisu samo nacionalnog, nego globalnog značaja. Na makrokozmičkoj razini prijetnja globalnih katastrofa nas tjera da stvaramo politiku jedinstva, isto onoliko koliko pojedinac, kada je suočen s ozbiljnom bolešću, mora ujediniti sve snage svoga tijela i života da bi preživio. Dosegnuli smo kraj sustava moći «podijeli, pa vladaj», i taj sustav se zamjenjuje pokušajem ujedinjenja snage različitih zemalja kako bismo preživjeli i krenuli sigurno u iduće tisućljeće. **«Informatičko doba» u kojem smo svi međusobno povezani, simbol je globalne svijesti.**

Informatička tehnologija na tjelesnoj razini predstavlja naše energetske razmjene. Izvana smo stvorili ono što već postoji u našim energetske poljima. Energetska informacija se rabi posvuda: u cjelovitim modelima zdravlja; u zajedničkim programima «zdravlja i razvoja» i seminarima za učenje pozitivnih stavova; u atletskim treninzima gdje su mentalni stavovi i vještine vizualizacije isto tako važni kao i igračeve tjelesne vještine. Bez obzira jesu li motivirani novcem, željom za pobjedom u sportskom natjecanju ili potrebom izlječenja bolesti, pioniri u svakom području okreću se prema energetske rješenjima da bi došli do maksimalnih rezultata.

Gledano iz prve čakre, civilizacija energetske doba je «informatičko doba» koje dobiva podršku putem kompjutorizacije poslovanja, učionica i kućanstava. Iz sedme čakre, pak, možemo ga promatrati kao doba svijesti koje zahtijeva vještine energetske upravljanja mistika: molitvu, meditaciju, stalno samoispitivanje i jedinstvo svih ljudi. Ironično, obje ere su iste. Mi smo na istom putu.

## Vodstvo za suvremenog mistika

Razmišljajte o rječniku jednosti.

Gledajte kroz leće simboličnog gledanja. Prisjetite se da su sve tjelesne i emocionalne prepreke privid. Uvijek tražite energetske značenje neke situacije i slijedite ga.

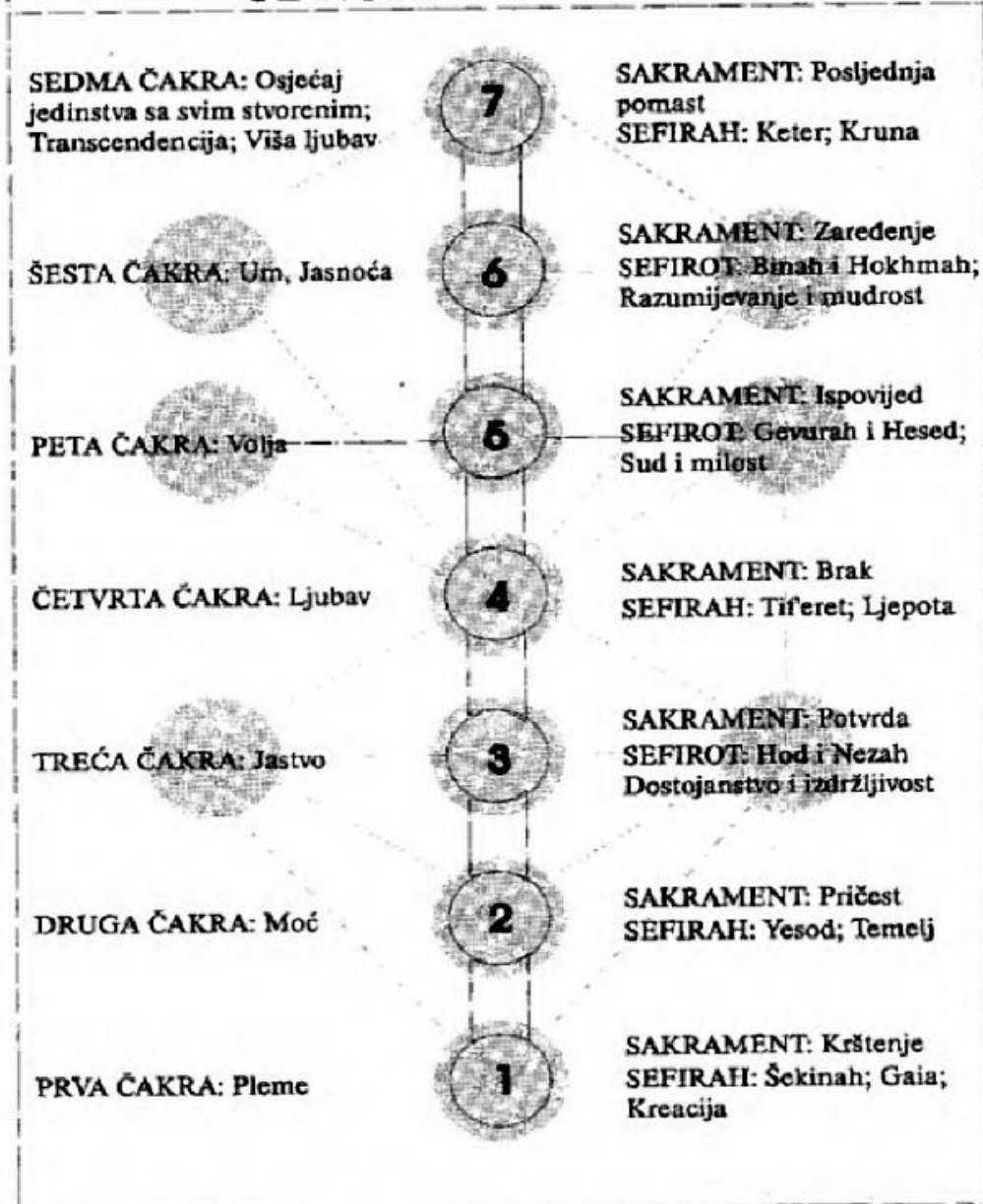
Procjenjujte svoje svakodnevne odluke i posljedice tih odluka po vaš energetski sustav. To će vam pomoći da osjetite kada gubite energiju zbog straha i negativnog razmišljanja.

Promotrite sveti tekst svog biološkog energetskog sustava (Pogledajte sliku 6) za svakodnevno vodstvo. **Imajte na umu sedam svetih istina tijela i duha:**

1. Sve je Jedno
2. Poštujte jedan drugoga
3. Poštujte sebe
4. Ljubav je Božanska moć
5. Predajte osobnu volju Božjoj volji
6. Tražite jedino istinu
7. Živite u sadašnjem trenutku

Jednostavne i moćne, ove istine pomažu da se um, tijelo i duh usredotoče u dodirnu točku s Božanskom sviješću. Dok god budete koristili te istine kao točke oslonca, možete procjenjivati svaki gubitak moći i povratiti svoj duh svjesno prepoznavajući koju istinu ne poštujete.

## SLIKA 6: LJUDSKI ENERGETSKI SUSTAV: ODNOSNE VEZE



## Svakodnevna meditacija

Na kraju, kao svakodnevni čin meditacije, svjesno usmjerite svoju pažnju u svaku svoju čakru, počevši od prve i krećući se prema gore. Dok budete usredotočivali svoju pažnju:

1. Postavljajte si sljedeća pitanja: «Gubim li energiju? Ako je tako, kakav strah crpi energiju iz tog dijela moga tijela? Duboko udahnite i svjesno isključite svoju energiju iz tog straha.
2. Zazovite zaštitničke energije duhovnih čuvara, sefirota ili sakramenta, te određene čakre.
3. Svjesno uđite u energiju te čakre i osjećajte kako se kvaliteta energetske aktivnosti pojačava u tom dijelu tijela.

Nastavite kroz čakre, usredotočavajući se na sljedeći način:

Za prvu čakru, usredotočite se na energiju sefiraha Šekinah i osjećajte da ste povezani sa cjelokupnim životom. Onda se usredotočite na simbolično značenje sakramenta krštenja i blagoslovite život na koji ste pristali živjeti te obitelj, užu i širu, koja sačinjava vaš život.

Za drugu čakru, usredotočite energiju sefiraha Yesoda i osjećajte energiju koju ste otpustili iz tog područja Vašeg tijela u djela stvaranja. Ako je Vaša energija zagađena - ispunjena negativnošću i strahom - iznova provjerite svoju namjeru. Zazovite u pamet energiju sakramenta pričesti: promatrajte svaku osobu u svom životu kao da ima Božansku svrhu. Gdjegod ne možete jasno vidjeti to Božansko, zatražite energiju da progledate kroz privid koji vas nadzire.

Za treću čakru, usredotočite se na energiju sefirota Nezaha i Hoda, dostojanstvo i izdržljivost. Procijenite vlastiti kodeks ponašanja i to kompromitirate li svoju čast na bilo koji način. Ako je tako, meditirajte o značenju časti i zatražite za pomoć da možete održati svoje osobne standarde. Onda zazovite u svom umu energiju sakramenta potvrde, predanost sebi kako biste mogli poštovati vlastito dostojanstvo.

Za četvrtu čakru, usredotočite se na energiju sefiraha Tifereta i energiju ljubavi i suosjećanja. Procijenite koliko širite ljubav prema drugima kao i prema sebi, uključujući i energiju ljubavi sadržanu u djelima opraštanja. Potom se usredotočite na to kako skrbite o sebi i kako poštujete simboličan zavjet sakramenta braka sa sobom.

Za petu čakru, usredotočite energiju sefirota Heseda i Gevurah, milosti i pravednosti i procijenite kvalitetu svojih misli o drugim ljudima, kao i o sebi. Procijenite riječi koje ste izmijenili s drugima; te ako ste izrekli riječi koje su povrijedile druge ljude, pošaljite im pozitivnu energiju. Ako ste se izrazili lažnim riječima, svjesno znajući da to činite kako biste prevarili druge, procijenite strah koji postoji u Vama, a iz kojeg izranjaju lažne akcije. Tu se rabi energija sakramenta ispovijedi. Zatražite da Svjetlo uđe u taj strah i pruži Vam hrabrost da više ne djelujete po negativnom obrascu.

Za šestu čakru usredotočite se na energiju sefirota Hokhmaha i Binah, Božanske mudrosti i razumijevanja i nastavite procjenjivati svoj svakodnevni život. Zatražite mudrost i uvid u situacije u kojima se osjećate smeteno i prestrašeno. I prisjetite se obećanja sakramenta zaređenja: **svatko od nas ima poseban dar u ovom životu i svatko je vođen prema toj stazi. Nemoguće je propustiti životnu svrhu.**

Za sedmu čakru, usredotočite se na energiju sefiraha Ketera, vaš dodir s Božanskim i sakramentom posljednje pomasti, svjesno završavajući i otpuštajući svoje nedovršene poslove. Dozvolite Božjoj energiji da uđe u vaš um, tijelo i duh i udišite tu energiju u svoje biće.

U ovoj svakodnevnoj meditativnoj vježbi, procjenjivat ćete zdravlje svoga tijela, uma i duha. Rad s ovom meditacijom će vam omogućiti da osjećate zdravlje vašega duha i tijela. S njom možete pojačati svijest o ravnoteži moći u svom energetskom sustavu.

Kao dodatak, redovito se podsjetite na arhetip Obećane zemlje. Taj arhetip nije stvoren da nas potiče na materijalna rješenja tipa «jednom zauvijek» za sve naše probleme. Stvoren je da se povučemo u sebe i otkrijemo moć iza svojih očiju. Možemo transcendirati svaku dilemu putem moći svoga duha. To je Božansko obećanje.

Putem samoprocjenjivanja razvit ćete vještinu čitanja energije i osjećanja intuitivnog vodstva. Razvijanje te vještine zahtijeva svakodnevnu vježbu - u vrijeme krize, čak svaki sat vremena. Taj jednostavan čin svjesnosti, zajedno sa svjesnom predanošću da učite iz svojih iskustava, oslabit će Vaše strahove i ojačati Vaš duh.

A iznad svega, dok budete učili jezik svoga duha, utvrdit ćete kodeks časti za sebe koji će odražavati duhovni sadržaj vaše biologije. Ovo doba svijesti nas ne potiče samo da zaronimo u nove duhovne teorije ili da se igramo misaonih igara koje ujedinjuju fiziku i zen budizam. **Stvoreni smo da se krećemo prema samootkriću i duhovnoj zrelosti da bismo bili spremni i sposobni živjeti životom koji je važan kako nama tako i onima oko nas.**

Mi sadržimo svete spise. Mi sadržimo ono što je Božansko. Mi smo to Božansko. Mi smo crkva, sinagoga, ašram. Nije nam potrebno ništa drugo nego sklopiti oči i osjetiti energiju sakramenata, sefirota i čakri, kao izvore naše moći - kao energiju koja napaja našu biologiju. Ironično, **jednom kada shvatimo materijal od kojega smo sazdani, nemamo drugog izbora nego živjeti duhovnim životom.**

## ZAHVALA

Zahvalna sam mnogim ljudima koji su dio ove knjige i koji su me podržali pri pisanju. Najdublju zahvalnost izražavam svom agentu Nedu Leavittu zato što me je usmjeravao prema ovom projektu i zato što je osoba tako profinjene čestitosti i znanja. Vječno ću biti zahvalna svom izdavaču - gospođi Leslie Meterdiht - zbog njezinog beskrajnog optimizma, istančanog talenta te toplog i brižnog duha. Ali ona će uvijek imati posebno mjesto u mom srcu zbog sposobnosti da shvati viziju koja mi je bila potrebna da bih napisala ovu knjigu, a posebice zbog toga što sam usred pisanja promijenila zamisao o tome kako ona mora biti napisana, a ona me je u tome podržala. Iznimno cijenim njezinu učenu narav i njezinu iskrenu predanost da čitalačkoj publici učini dostupnim knjige svojih pisaca, uključujući i moju. Također se zahvaljujem Karin Wood, pomoćnici izdavača, za mnoge ljubazne riječi i ogromnu djelotvornost. Veliki dužnik sam i Janet Biehl za njezinu iznimnu daktilografsku vještinu. A svom osobnom izdavaču - Dorothy Mills, zahvaljujem se iz sveg srca, kako na njezinoj profesionalnoj podršci, tako i na njezinom prijateljstvu. Za mene je Dorothy postala izvorom snage i optimizma i vječno ću biti zahvalna sudbini što smo se nas dvije upoznale prije toliko godina.

C. Norman Shealy, liječnik i doktor znanosti, moj je kolega s kojim više od deset godina radim na istraživanjima. On je također jedan od mojih najdražih prijatelja, osoba od povjerenja, savjetnik, vodič. Ne vjerujem da bih danas radila ovaj posao da on nije postao dijelom mog života. Reći «hvala» nije dovoljno za sve ono što osjećam da mi je



pružio. Najtoplije se zahvaljujem i njegovoj prekrasnoj ženi, Mary-Charlotte, koja mi je postala draga prijateljica i sastavni dio našeg tima. Iskreno se zahvaljujem i Roberti Howard, našoj tajnici rođenoj u znaku Djevice, za sve ono što čini da pripomogne našem radu.

Moj život je ispunjen prijateljima koje volim i cijenim i čiji život i rad su mi stalan izvor nadahnuća. Christine Northrup, darovita liječnica i spisateljica, zamolila me je prije pet godina da radim zajedno s njom. Otada učimo zajedno i u njoj sam pronašla izvor velikog humora i energije, kao i predanost cjelovitoj medicini.

Joan Borysenko, doktorica znanosti, duboko je ganula moje srce stalnim riječima podrške za moj rad i taj je osjećaj međusoban. Mona Lisa Schulz, liječnica i doktorica znanosti, vizionarka i izuzetna žena osobno me je ohrabivala, onda kada mi je to najviše bilo potrebno i podučila me mnogo toga u svezi puta iscjeljivanja. Ron Roth, darovit iscjelitelj i Paul Fundson, dragi prijatelj, bili su glavna okosnica mojoj duhovnoj podršci i uvijek ću cijeniti njihovu nazočnost u svom životu, naročito tijekom najmračnijih trenutaka, a njih je bilo puno u zadnje dvije godine.

Clarissu Pinkola Estes, doktoricu znanosti, srela sam ubrzo pošto sam počela pisati ovu knjigu. U njoj sam pronašla svoju životnu prijateljicu i vječno ću joj biti zahvalna na njenoj duhovitosti, mudrosti, genijalnosti i dubini duha, kao i na sprezi vjere koju dijelimo u našem duhovnom naslijeđu. Neizmjereno se zahvaljujem i Tami Simon, utemeljiteljici tvrtke Sound True Recording na njezinoj podršci mom radu, na njezinom prijateljstvu i časnom duhu te plemenitoj naravi.

Također sam zahvalna Elmeru Greenu, doktoru znanosti, «ocu» biofeed back pokreta koji je bio savjetnik tijekom tog projekta. Dr. Green je svjetski poznat po svojim radovima o polju ljudske svijesti, tako da se smatram jako počašćenom što je moj rad uživao njegovu podršku kroz sve ove godine.

Nancy W. Bartlett, kompjutorska čarobnica, stalno me je dolazila spašavati tijekom stvaranja ove knjige. Iz dna srca zahvaljujem joj za njezina brojna putovanja do moje kuće i za njezinu strpljivost s nedostatkom vještine i nesposobnošću da naučim najobičnije kompjutorske naputke. I zahvaljujem se prekrasnom timu hotela Danny's Dali što me je svakodnevno opskrbljivao s određenim količinama kapučina - bez cimeta. Niste ni svjesni koliko mi je vaša toplina i ljubaznost pomogla da se osjećam kao kod kuće u kraju u kojem sam odrasla.

Zahvaljujem se s puno ljubavi M.A. Bjorkmanu, Rhei Baskin, Caroli Simmons, Kathalini Walker i ostalima iz tima The Conference Works. U vašoj organizaciji otkrila sam takvu kvalitetu pažnje koja me je ganula dublje nego što sam to u stanju izreći. Raditi s vama više je nego užitak, ne samo zbog vaše iskrene brige o meni nego i zbog vašeg poštenja i čestitosti kao kolega u poslu. Vi ste blagoslov u mom životu.

Vječno ću biti zahvalna mnogim svojim dragim prijateljima, koji jesu moje jedino blago, blago koje sam naročito cijenila tijekom pisanja ove knjige. Evo njihovih imena: Eileen Kee, Susie Marco, Kathy Musker, Suzanne Fageol, David Luce, Jim Garrison, Penny Tompkins, Lynn Bell, Carole Dean, Carol Hasler, Ron Roth, Paul Fundsen, Tom Williams, Peter Brey, Kaare Sorenson, Kevin Todeshi, John May, Sabine Kurjo, Siska Pothoff, Judy Buttner, Paula Daleo, Fred Matzer, DeLacy Sarantos i mnogi drugi koji čine moj život bogatom tapiserijom prijateljstva.

Također, šaljem beskrajnu struju zahvalnosti mnogim ljudima koji su podržali moj rad pohađanjem mojih radionica i predavanja. Nema riječi kojima mogu izraziti što osjećam prema vama koji ste odigrali tako značajnu ulogu time što ste mi pomogli da istančam svoj rad. Bez vašeg entuzijazma i povratne sprege, ne bih imala nadahnuće nastaviti razvijati i podučavati ovaj materijal.

Željela bih se ispričati i mnogim ljudima koje sam zapostavila tijekom ove zadnje dvije godine, jer me je rad na knjizi spriječio da odgovaram na pisma i telefonske pozive.

Ipak, najviše se želim zahvaliti na ljubavi i podršci koju sam uvijek dobivala od svoje obitelji, naročito moje drage majke. Svoju majku smatram jednim od Božjih izravnih blagoslova u mom životu. Njezina briga, ljubav, snaga karaktera, bezgranično srce i neograničena energija pomogli su mi ne samo da napišem ovu knjigu, nego i da iscijelim sebe. Ona je uvijek imala otvoreno srce za moje zamisli, bez obzira na to kako radikalne one bile. Sjećam se, u vrijeme dok sam bila na postdiplomskom studiju, kako bi s puno topline i često razgovarala sa mnom o novim zamislima o Bogu, ponekad do ponoći. Nikada nije obeshrabrivala moje traganje za istinom. A njezina uloga kao žene koja poznaje moć vjere još me uvijek nadahnjuje. Moj brat Edward, njegova žena Amy i njihova djeca Rachel, Sarah i Eddie mlađi, ispunjavaju moj život s toliko puno radosti isto kao i moje nećakinje Angela i Allison, moj nećak Joey, moja šurjakinja Mary Pat i moj brat Joseph. Ti su mi prekrasni ljudi pomogli u vrlo teškim vremenima. Znajući da ste vi zauvijek dio mog života, bit ću vam zahvalna do kraja života. Svi ste vi moj «dom».

Zahvaljujem se svojim dragim sestričnama koje toliko volim. Hvala vam što ste me uvijek podržavale i ohrabrivale, premda niste znale za polovicu onoga čime se bavim. Bio je to krasan osjećaj imati nečije bezuvjetno povjerenje. Želim izraziti puno ljubavi i ostalim osobama kao što su Marilyn i Mitch, Chrissy i Ritchie, Pam i Andy, Wanda, Mitchie, otac Len, teta Virginia, te mojoj prekrasnoj teti Gen, koja je nedavno otišla u nebo. Zahvalna sam što imamo jedni druge.

## O AUTORICI

**Caroline Myss**, doktorica humanističkih znanosti, pionirka je i međunarodna predavačica iz područja energetske medicine i ljudske svijesti. Od 1982. godine radi kao medicinska intuitivka, kao osoba koja «vidi» bolest u pacijentovu tijelu putem intuicije. Specijalizirala se u pomaganju ljudima da uvide emocionalne, psihološke i tjelesne razloge bolesti. U svijetu je poznata i po prijelomnom radu s **doktorom C. Normanom Shealyjem**, dr. sci., osnivačem Američke udruge za holističku medicinu, u podučavanju intuitivnog dijagnosticiranja. Oni su zajedno napisali knjige **Kako stvoriti zdravlje: povezivanje tradicionalne medicine s intuitivnim dijagnosticiranjem, te AIDS: put prema transformaciji**. Caroline Myss živi u Chicagu.

## IZABRANA LITERATURA

**Achterberg, Jeanne.** *Imagery in Healing: Shamanism and Modern Medicine.* Boston: Shambhala Publications, 1985.

**Assagioli, Roberto.** *Psychosynthesis: A Manual of Principles and Techniques.* New York: Viking Press, 1971.

**Atwater, P. M. H.** *Coming Back to Life: The After-Effects of the Near-Death Experience.* New York: Dodd, Mead, & Co., 1988.

**Bailey, Alice A.** *Esoteric Healing.* New York: Lucis Publishing, 1953.

**Becker, Robert O., and Gary Sheldon.** *The Body Electric: Electromagnetism and the Foundation of Life.* New York: William Morrow, 1985.

**Bennet, Hal Zina.** *The Doctor Within.* New York: Clarkson N. Potter, 1981. Benson, Herbert, and William Proctor. *Beyond the Relaxation Response.* New York: Berkeley, 1985.

**Berkow, Robert,** editor in chief. *The Merck Manual of Diagnosis and Therapy,* 14th ed. West Point, Penn: Merck, Sharp & Dohme, 1982.

**Borysenko, Joan.** *Fire in the Soul: A New Psychology of Spiritual Optimism.* New York: Warner Books, 1993.

----- **Guilt Is the Teacher, Love Is the Lesson.** New York: Warner Books, 1988.

----- **Mind the Body, Mending the Mind.** Massachusetts: Addison -Wesley, 1987.

**Brennan, Barbara Ann.** *Hands of Light: A Guide to Healing Through the Human Energy Field.* New York: Bantam, 1987.

----- **Light Emerging: The Journal of Personal Healing.** New York: Bantam, 1993.

**Bruyere, Rosalyn L.** *Wheels of Light: A Study of the Chakras.* Arcadia, Calif.: Bon Productions, 1989.

**Campbell, Joseph.** *The Mythic Image.* Princeton, N.J.: Princeton University Press, 1974.

**Cerminara, Gina.** *Many Mansions.* New York: New American Library, 1978.

**Chopra, Deepak.** *Ageless Body, Timeless Mind: The Quantum Alternative to Growing Old.* New York: Harmony Books, 1993.

**A Course in Miracles.** 2nd rev. ed. Set of 3 vols., including text, teacher's manual, workbook. Found Inner Peace, 1992.

**Diamond, Harvey and Marilyn.** *Fit for Life.* New York: Warner Books, 1985.

**Dossey, Larry.** *Healing Words.* San Francisco: Harper Collins, 1993.

----- **Meaning and Medicine: A Doctor's Tales of Breakthrough and Healing.** San Francisco: Harper Collins, 1992.

----- **Space, Time, and Medicine.** Boston: Shambhala Publications, 1982.

**Epstein, Gerald.** **Healing Visualizations: Creating Health Through Imagery.** New York: Bantam Books, 1989.

**Feldenkrais, M.** **Body and Mature Behavior.** New York: International Universities Press, 1970.

**Gawain, Shakti.** **Living in the Light.** San Rafael, Calif.: New World Library, 1986.

**Grof, Christina and Stanislav.** **The Stormy Search for the Self.** Los Angeles: J. P. Tarcher, 1990.

**Harman, Willis.** **Global Mind Change.** Indianapolis: Knowledge Systems, 1988.

**Hay, Louise L.** **You Can Heal Your Life.** Santa Monica, Calif.: Hay House, 1982.

**Jaffee, Dennis.** **Healing from Within: psychological Techniques to Help the Mind Heal the Body.** New York. Simon & Schuster, 1980.

**James, William.** **The Varieties of Religious Experience.** New York: New American Library, 1958.

**Joy, W. Brugh, M. D.** **A Map for the Transformational Journey.** New York:Tarcher/Putnam, 1979.

**Krieger, Dolores.** **The Therapeutic Touch: How to Use Your Hands to Help or Heal.** Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall, 1979.

**Kuhlman, Kathryn.** **I Believe in Miracles.** New York: Pyramid Books, 1969.

**Kunz, Dora.** **The Personal Aura.** Wheaton, Ill.: Theosophical Publishing House, 1991.

**Leadbetter, C. W.** **The Chakras.** Wheaton Ill.: Theosophical Publishing House, 1974.

**Lieberman, Jacob.** **Light: Medicine of the Future.** Santa Fe: Bear & Co.,1991.

**Masters, Roy.** **How Your Mind Can Keep You Well.** Los Angeles: Foundation Books, 1972.

**McGarey, William A.** **The Edgar Cayce Remedies.** New York: Bantam Books, 1983.

**Meek, George W.** **Healers and the Healing Process.** Wheaton, Ill.: Theosophical Publishing House, 1977.

**Merton, Thomas.** **The Asian Journal of Thomas Merton.** Naomi B. Stone et al., eds. New York: New Directions, 1973.

**Moody, Raymond A., with Paul Perry.** **Coming Back: A Psychiatrist Explores Past- Life Journey.** New York: Bantam Books, 1991.

**The New Holistic Health Handbook, ed. Bill Shepard.** Lexington, Mass.: Penguin

Books, 1985.

**Orstein, Robert, and Cionis Swen.** *The Healing Brain*. New York: Guildford Press, 1990.

**Peck, M. Scott.** *People of the Lie: The Hope for Healing Human Evil*. New York: Touchstone/Simon & Schuster, 1985.

**Pelletier, Kenneth.** *Mind as Healer, Mind as Slayer*. New York: Delacorte Press, 1980.

**Psyche & Symbol: A Selection from the Writings of C. G. Jung**, ed. **Violet S. De Laszlo**. New York: Doubleday & Co., 1958.

**Reilly, Harold J., and Ruth H. Brod.** *The Edgar Cayce Handbook for Health Through Drugless Therapy*. New York: Berkeley, 1988.

*Reincarnation in World Thought*, eds. **Joseph Head and S. L. Cranston**. New York: Julian Press, 1967.

**Sagan, Leonard A.** *The Health of Nations*. New York: Basic Books, 1987.

**Schwarz, Jack.** *Voluntary Controls: Exercises for Creative Meditation and for Activating the Potential of the Chakras*. New York: Dutton, 1978.

**Selye, Hans.** *The Physiology and Pathology of Exposure to Stress*. Montreal: Acta, 1950.

**Shealy, C. Norman.** *The Self-Healing Workbook: Your Personal Plan for Stress Free Living*. Rockport, Mass.: Element Books, 1993.

**Shealy, C. Norman, and Caroline M. Myss.** *The Creation of Health*. Walpole, N. H.: Stillpoint Publishing, 1993.

**Sheldrake, Rupert.** *A New Science of Life*. Los Angeles: J. P. Tarcher, 1981.

**Siegel, Bernie S.** *Love, Medicine, and Miracles*. New York: Harper-Collins, 1991.

**Simonton, O. Carl, and Reid Henson, with Brenda Hampton.** *The Healing Journey*. New York: Bantam Books, 1992.

**Smith, Huston.** *The Religions of Man*. New York: Harper & Row, 1965.

**Stearn, Jess.** *The Sleeping Prophet*, New York: Doubleday & Co., 1967.

**Weil, Andrew.** *Health and Healing: Understanding Conventional and Alternative Medicine*. Boston: Houghton Mifflin, 1983.

**Weiss, Brian.** *Through Time into Healing*. New York: Simon & Schuster, 1992.

2007